

NÍDIA MARTA MENDES GONÇALVES

CONTRIBUTOS DO TEATRO PARA O ENVELHECIMENTO (CRI)ATIVO



**Escola Superior de Educação e Comunicação
Escola Superior de Saúde
2016**

NÍDIA MARTA MENDES GONÇALVES

CONTRIBUTOS DO TEATRO PARA O ENVELHECIMENTO (CRI)ATIVO

Mestrado em Gerontologia Social

**Trabalho efetuado sob a orientação de:
Professora Doutora Aurízia Félix Sousa Anica**



**Escola Superior de Educação e Comunicação
Escola Superior de Saúde
2016**

Contributos do Teatro para o Envelhecimento Cri(Ativo)

Declaração de autoria de trabalho

Declaro ser a autora deste trabalho, que é original e inédito. Autores e trabalhos consultados estão devidamente citados no texto e constam da listagem de referências incluída.

Assinatura _____

Copyright Nídia Gonçalves

A Universidade do Algarve reserva para si o direito, em conformidade com o disposto no Código do Direito de Autor e dos Direitos Conexos, de arquivar, reproduzir e publicar a obra, independentemente do meio utilizado, bem como de a divulgar através de repositórios científicos e de admitir a sua cópia e distribuição para fins meramente educacionais ou de investigação e não comerciais, conquanto seja dado devido crédito ao autor e editor respetivos.

Dedicatória

A TRÊS MULHERES

À minha mãe, Cremilde Gonçalves.

À minha amiga, Amália Cabrita.

À minha amiga, Vinita Neves.

**porque para lhes fazer justiça e expressar a minha gratidão
seria necessário escrever uma outra dissertação**

**um outro poema
etéreo, sublime
que não tem aqui lugar
que pela graça
não se subordina a signos
a clausura, a relações de sintaxe**

goza de étimo

livre

Agradecimentos

Ao Toni (José António Palma Silva Graça), pelo seu imensurável apoio e seu exemplo de paciência. Pela companhia, amizade e carinho.

À Professora Doutora Aurízia Anica, por acreditar sempre. Pela sua orientação, esclarecimento e encorajamento.

A todos os que fizeram acontecer o Projeto de Teatro Sénior. A todos os grupos de teatro sénior do concelho de Silves, que daí resultaram: Silves, São Bartolomeu de Messines, Tunes e Armação de Pêra.

Um especial agradecimento ao Grupo de Teatro Sénior de Silves, que desde a primeira hora me acolheu e aceitou participar neste trabalho. Aos participantes deste grupo, a quem devo a oportunidade de conceber a presente dissertação.

Pela sua grande coragem de se estrear nas artes cénicas!

A minha gratidão ao Município de Silves. Muito especialmente à Dr.a Ivone Lampreia, ao Dr. Carlos Rocha, à Dr.a Rute Santos, à Dr.a Luísa Luís e à Dr.a Rosa Palma.

À Biblioteca da Universidade do Algarve (Campus da Penha). À Dr.a Maria João Barradas e à Dr.a Ana Paula Gomes, sempre disponíveis para ajudar no acesso às mais difíceis referências bibliográficas.

À Dr.a Paula Bravo. Terra Ruiva – Jornal do Concelho de Silves

À equipa técnica do Fórum Sócio-Ocupacional de Faro da ASMAL - Associação de Saúde Mental do Algarve. Às minhas queridas amigas e colegas, Ana Isabel Lopes, Cláudia Evangelista, Elizabete Noronha, Graça Silva, Rosa Brito e Vinita Neves.

Aos companheiros do Teatro do Sótão (ASMAL). Pela sua confiança no nosso trabalho de natureza experimental e coletiva, com quem tenho aprendido na prática o que é o teatro comunitário, aplicado, terapêutico ou social. A estes participantes/artistas devo grande parte do meu conhecimento empírico, sobretudo, no que respeita aos contributos do teatro para a transformação e emancipação do ser humano.

À minha irmã, Eliana Gonçalves. Pelo seu notável exemplo de superação.

À Laura Carlos. Pelo seu apoio, disponibilidade e amizade.

A minha profunda gratidão a todos aqueles que me acompanharam e que colaboraram nas mais diversas frentes deste trabalho.

Resumo

O fenómeno do envelhecimento da população é uma realidade inegável do mundo contemporâneo, pelo que urgem propostas e estratégias de intervenção na área da gerontologia social. A presente dissertação visa, sobretudo, a interseção entre duas vertentes conceptuais - o Teatro e o Envelhecimento Ativo/Criativo. Quisemos indagar a relação entre as mesmas, no intuito de compreender os benefícios da atividade teatral em aspetos relacionados com a saúde e, consequentemente, o seu contributo para a promoção de um envelhecimento positivo. A abordagem segue o paradigma qualitativo, tendo sido o projeto desenhado como um estudo de caso. O nosso estudo de caso incidiu no Grupo de Teatro Sénior de Silves e revela algumas das potencialidades da prática teatral nos idosos. Os resultados indicam sete principais contributos do teatro no processo de envelhecimento ativo: Participação; Saúde Mental; Socialização; Cooperação; Envolvimento Pessoal e Compromisso com a Vida; Valorização e Reconhecimento; Superação.

Palavras-chave: teatro; envelhecimento ativo; envelhecimento criativo; artes e saúde; idosos.

Abstract

The phenomenon of population ageing is an undeniable reality of the contemporary world, it therefore urges for proposals and intervention strategies in social gerontology. This work aims, mainly, the intersection between two conceptual fields - the Theatre and the Active/Creative Ageing. We wanted to investigate the relationship between them, in order to understand the benefits of acting in regards to health aspects and therefore its contribution to the promotion of a positive ageing. The approach follows the qualitative paradigm, the project was designed to be a case study. Our case study was focused on the Senior Theatre Group of Silves and it reveals some of the potentials of theatre practice within the elderly. The results indicate seven main contributions of theatre in the ageing process: Participation; Mental Health; Socialization; Cooperation; Personal Involvement and Commitment to Life; Appreciation and Acknowledgement; Overcoming.

Keywords: theatre; active ageing; creative ageing; arts and health; elderly people.

Índice

Dedicatória.....	i
Agradecimentos	ii
Resumo	iii
Abstract.....	iv
Índice de Diagramas	viii
Índice de Figuras	viii
Índice de Gráficos	viii
LISTA DE ANEXOS (em suporte digital)	ix
LISTA DE ABREVIATURAS/SIGLAS/ACRÓNIMOS	xi
Introdução.....	1
Capítulo 1 – TEORIAS E CONCEITOS	3
1. Envelhecimento da População (e problemas conexos)	5
2. Envelhecimento Ativo e Envelhecimento Bem-Sucedido.....	7
3. Envelhecimento Criativo	12
4. Teatro. Que teatro?	16
4.1 Teatro Comunitário	18
4.2 Teatro Aplicado.....	23
4.3 Teatro Sénior	27
5. Artes e Saúde	32
Capítulo 2 - ESTRATÉGIA E PROCESSO DE INVESTIGAÇÃO.....	41
1. Objetivos de Investigação	42
2. Estratégia e Processo de Investigação	42
2.1 Estudo de Caso	44
3. Métodos de Recolha Dados.....	45

3.1 Inquérito por Questionário	45
3.2 Observação Participante.....	46
3.3 Observação Direta e Indireta	47
3.4 Grupo de Discussão (<i>Focus Group</i>)	47
3.5 Entrevista Semidiretiva	49
4. Métodos de Análise de Dados	50
4.1 Análise de Conteúdo.....	51
Capítulo 3 – O PROJETO DE TEATRO SÉNIOR	53
1. O Contexto - Concelho de Silves	55
1.1 Enquadramento Geográfico	55
1.2 População e Envelhecimento	56
2. O Projeto de Teatro Sénior	59
2.1 Âmbito do Projeto de Teatro Sénior.....	60
2.1.1 Envelhecimento Ativo.....	61
2.1.2 Valorização do Património Cultural Imaterial	62
2.1.3 Acesso e Participação Cultural.....	64
2.1.4 Envolvimento Comunitário	65
2.2 Principais Dificuldades	66
2.3 Apreciação dos Responsáveis pelo Projeto	67
3. O Grupo de Teatro Sénior de Silves	68
3.1 Os Participantes	68
3.2 O Processo.....	70
3.2.1 Processo Criativo.....	70
3.2.2 Gregório Mascarenhas, a Menina Juventina e o Marreco	73
3.2.3 Encontro Final dos Grupos.....	76
3.2.4 A Escola do outro Tempo.....	80
4. Contributos do Teatro para o Envelhecimento (Cri)Ativo	83
4.1 Participação	85

4.1.1 Experiência Criativa.....	86
4.1.2 Reminiscência	89
4.2 Saúde Mental	91
4.2.1 Estímulo da Memória.....	93
4.2.2 Diminuição da Ansiedade	96
4.2.3 Espontaneidade e Autoconfiança	98
4.3 Socialização.....	100
4.3.1 A Importância do Convívio e a Diminuição do Isolamento.....	100
4.4 Cooperação	103
4.4.1 Empatia	104
4.5 Envolvimento Pessoal e Compromisso com a Vida.....	107
4.5.1 Significado e Sentido	109
4.6 Valorização e Reconhecimento	111
4.6.1 Valorização Pessoal.....	111
4.6.2 Reconhecimento e Desmistificação do Estigma Associado à Velhice.....	113
4.7 Superação.....	118
4.7.1 Esperança e Perspetivas de Futuro	121
Conclusão.....	125
Bibliografia	129

Índice de Diagramas

Diagrama 1 - 1.1 Dimensões chave das artes/saúde.....	37
Diagrama 2 - 1.2 Artes/Saúde - Diferentes abordagens e o seu impacto	37
Diagrama 3 - 3.1 Contributos do Teatro para o Envelhecimento (Cri)Ativo	84

Índice de Figuras

Figura 1 - 3.1 Enquadramento Geográfico do Concelho de Silves	55
Figura 2 - 3.2 Processo Criativo/Sessões de Acompanhamento do GTSS.....	71
Figura 3 - 3.3 Processo Criativo/Sessões de Acompanhamento do GTSS.....	73
Figura 4 - 3.4 Espetáculo - Gregório Mascarenhas, a Menina Juventina e o Marreco.....	75
Figura 5 - 3.5 Espetáculo - Gregório Mascarenhas, a Menina Juventina e o Marreco.....	75
Figura 6 - 3.6 Espetáculo - Gregório Mascarenhas, a Menina Juventina e o Marreco.....	77
Figura 7 - 3.7 Espetáculo - Armação, essa das ruas para o mar	77
Figura 8 - 3.8 Espetáculo - Ditos e Mexericos	78
Figura 9 - 3.9 Espetáculo – Os Sonhos de Chico Pedro.....	78
Figura 10 - 3.10 Encontro Final dos Grupos	79
Figura 11 - 3.11 Encontro Final dos Grupos	79
Figura 12 - 3.12 Espetáculo - A Escola do outro Tempo	81
Figura 13 - 3.13 Espetáculo - A Escola do outro Tempo	81

Índice de Gráficos

Gráfico 1 - 3.1 Índice de Envelhecimento - Silves/Algarve.....	56
Gráfico 2 - 3.2 Índice de Envelhecimento - Municípios do Algarve	57
Gráfico 3 - 3.3 População Residente - total e por grandes grupos etários (Silves)	57

LISTA DE ANEXOS (em suporte digital)¹

- ANEXO 1** – Fase inicial de contactos com o Município de Silves
- ANEXO 2** – Solicitação de Apoio para Projeto de Investigação na área da Gerontologia Social
- ANEXO 3** – Síntese Cronológica do Processo de Investigação (1)
- ANEXO 4** – Síntese Cronológica do Processo de Investigação (2)
- ANEXO 5** – Modelo do Questionário – Caracterização Sociodemográfica
- ANEXO 6** – Modelo do Questionário – Caracterização Sociocultural | Prática Teatral
- ANEXO 7** – Guião do Grupo de Discussão 1
- ANEXO 8** – Guião do Grupo de Discussão 2
- ANEXO 9** – Excerto do Registo Audiovisual do Grupo de Discussão 1
- ANEXO 10** – Excerto do Registo Audiovisual do Grupo de Discussão 2
- ANEXO 11** – Guião das Entrevistas Individuais
- ANEXO 12** – Excerto do Registo Audiovisual da Entrevista Individual 1
- ANEXO 13** – Excerto do Registo Audiovisual da Entrevista Individual 2
- ANEXO 14** – Excerto do Registo Audiovisual da Entrevista Individual 3
- ANEXO 15** – Transcrição do Grupo de Discussão 1
- ANEXO 16** – Transcrição do Grupo de Discussão 2
- ANEXO 17** – Transcrição da Entrevista Individual 1
- ANEXO 18** – Transcrição da Entrevista Individual 2
- ANEXO 19** – Transcrição da Entrevista Individual 3
- ANEXO 20** – Quadro de Categorias do Grupo de Discussão 1
- ANEXO 21** – Quadro de Categorias do Grupo de Discussão 2
- ANEXO 22** – Quadro de Categorias das Entrevistas Individuais
- ANEXO 23** – Cartaz da Oficina “Da Palavra ao Palco”/Workshop de Teatro Sénior
- ANEXO 24** – Sessões de Acompanhamento e Apoio à Prática Teatral (Fases 1, 2, 3 e 4)
- ANEXO 25** – Cartaz do Projeto de Teatro Sénior
- ANEXO 26** – Projeto de Teatro Sénior (documento da Câmara Municipal de Silves)
- ANEXO 27** – Texto/Guião da peça “Gregório Mascarenhas, a Menina Juventina e o Marreco”
- ANEXO 28** – Artigo do Terra Ruiva - Jornal do Concelho de Silves

¹ Os anexos estão disponíveis para consulta em suporte digital (DVD), no interior da contracapa desta dissertação. Esta opção deve-se ao volume de informação que os mesmos comportam, ao facto de alguns apenas constarem em formato audiovisual, assim como, a princípios ecológicos.

ANEXO 29 – Excerto do Registo Audiovisual do Espetáculo “Gregório Mascarenhas, a Menina Juventina e o Marreco” (Estreia)

ANEXO 30 – Excerto do Registo do Audiovisual do Espetáculo “Gregório Mascarenhas, a Menina Juventina e o Marreco” (Encontro Final dos Grupos)

ANEXO 31 – Texto/Guião da peça “A Escola do outro Tempo”

ANEXO 32 – Cartaz da peça “A Escola do outro Tempo”

ANEXO 33 – Excerto do Registo Audiovisual do Espetáculo “A Escola do outro Tempo”

ANEXO 34 – Declaração de Direitos de Imagem

ANEXO REGISTO FOTOGRÁFICO 1 – Processo Criativo da peça “Gregório Mascarenhas, a Menina Juventina e o Marreco”

ANEXO REGISTO FOTOGRÁFICO 2 – Espetáculo “Gregório Mascarenhas, a Menina Juventina e o Marreco”

ANEXO REGISTO FOTOGRÁFICO 3 – Espetáculo “A Escola do outro Tempo”

LISTA DE ABREVIATURAS/SIGLAS/ACRÓNIMOS

CMS – Câmara Municipal de Silves

GTSS – Grupo de Teatro Sénior de Silves

INE – Instituto Nacional de Estatística

OMS – Organização Mundial de Saúde

PCI – Património Cultural Imaterial

WHO – World Health Organization

Introdução

A presente dissertação foi realizada no âmbito do Mestrado em Gerontologia Social, da Escola Superior de Educação e Comunicação e da Escola Superior de Saúde, da Universidade do Algarve.

O projeto que deu origem à presente dissertação surgiu a partir do caminho trilhado pela minha experiência associativa, académica e profissional, que tem originado em mim uma motivação assente em dois universos – o Teatro e a Saúde.

O envelhecimento populacional é uma das mais significativas tendências dos séculos XX e XXI. Apresenta implicações importantes e de longo alcance para todos os domínios da sociedade. Em todo o mundo, a cada segundo, duas pessoas celebram o seu sexagésimo aniversário – num total anual de quase 58 milhões de aniversários de 60 anos. Uma em cada nove pessoas no mundo tem 60 anos de idade ou mais, e estima-se um crescimento para um em cada cinco por volta de 2050: o envelhecimento da população é um fenómeno que já não pode ser ignorado (UNFPA & HelpAge International, 2012, p.3).

Das evidências e projeções demográficas contemporâneas, subentende-se a urgência de planos estratégicos e programas de intervenção, no que porventura podemos chamar de constelação gerontológica. Intentar a atividade teatral como meio e estratégia de intervenção na idade avançada implica, o despojamento de ideias preconcebidas, rígidas e absolutas sobre as artes e, mais especificamente sobre o teatro. Implica também entender que o teatro é, em si, uma arte de natureza humana e social e que, desde as suas formas mais primitivas até ao presente, sempre visou (salvo raras exceções) a transformação individual e coletiva.

Aludindo a esta corrente de pensamento, Benthall (1996)² refere que o teatro tem sido por centenas de anos, parte integrante da construção da vida comunitária, independentemente da cultura ou do contexto. O teatro tem sido amplamente utilizado para comunicar ideias e para refletir certos aspetos da vida num vasto número de disciplinas, incluindo as ciências sociais, como a antropologia, os estudos sobre refugiados ou a ajuda humanitária internacional. Porém, Feldman et al (2011) mencionam

² Citado em Feldman et al (2011).

que, só recentemente, o teatro foi considerado um mecanismo útil para melhorar a saúde e o bem-estar na comunidade e, em particular a área da promoção da saúde, que foi definida, como «um processo que visa aumentar a capacidade das pessoas para controlar a sua saúde, no sentido de a melhorar» (WHO)³.

Os objetivos deste projeto de investigação incidem na interseção entre duas vertentes conceptuais - o teatro e o envelhecimento ativo/criativo. A partir do mesmo cruzamento colocou-se a seguinte questão: Quais os contributos do teatro no processo de envelhecimento? Neste sentido, foi nosso intento compreender os contributos e os benefícios da prática da atividade teatral, através do acompanhamento de um grupo de teatro sénior. Procurámos responder às seguintes questões: como é que esta atividade de expressão artística pode influenciar aspetos relacionados com a saúde, o bem-estar e a qualidade de vida. Poderá ser o teatro um meio privilegiado de intervenção na área da Gerontologia Social?

A metodologia de investigação assenta no paradigma qualitativo elegendo-se o estudo aprofundado de um caso, com recurso à observação participante e à observação direta e indireta, bem como às entrevistas semidiretivas e ao *focus group*, entre outros métodos de recolha de dados.

O trabalho desenvolve-se ao longo de três capítulos. O Capítulo 1 dedica-se ao enquadramento teórico. Esclarecemos teorias e conceitos relativos ao envelhecimento, nomeadamente: envelhecimento ativo; envelhecimento bem-sucedido; envelhecimento criativo. Seleccionamos três dimensões conceptuais da prática teatral: o teatro comunitário; o teatro aplicado e o teatro sénior. Nesta secção refletimos ainda sobre a influência das artes no campo da saúde, perscrutando, em particular, as complexidades do conceito “artes e saúde”, assim como os seus propósitos.

O Capítulo 2 ocupa-se da estratégia e do processo de investigação. Inclui os objetivos do estudo, os métodos de recolha de dados e os métodos de análise utilizados.

O Capítulo 3 corresponde à análise e interpretação de dados. Divide-se em quatro secções principais: o Contexto; o Projeto de Teatro Sénior; o Grupo de Teatro Sénior de Silves; e os Contributos do Teatro para o Envelhecimento (Cri)Ativo. Neste último, são expostos e apreciados os resultados do trabalho de investigação realizado.

³ <http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en/>

Capítulo 1 – TEORIAS E CONCEITOS

O teatro é uma das linguagens artísticas que contribui para alguns aspetos relevantes do envelhecimento ativo - a socialização de temas, as relações entre o passado e a contemporaneidade, conceitos e pré-conceitos, a desmistificação da velhice, o resgate e a preservação da memória cultural (...).

Diego Miguel (2012)

1. Envelhecimento da População (e problemas conexos)

De acordo com o Fundo de População das Nações Unidas (UNFPA) e a HelpAge International (2012), a população é classificada como «em processo de envelhecimento» quando as pessoas idosas se tornam uma parcela proporcionalmente maior em relação à população total. O declínio das taxas de fecundidade e o aumento da longevidade têm levado ao envelhecimento da população. A expectativa de vida no nascimento aumentou substancialmente em todo o mundo. Em 2010-2015, a expectativa de vida ao nascer passou a ser de 78 anos nos países desenvolvidos e, 68 anos nas regiões em desenvolvimento. Em 2045-2050, os recém-nascidos podem esperar viver até aos 83 anos nas regiões desenvolvidas e, 74 anos nas regiões consideradas em desenvolvimento. Em 1950, havia 205 milhões de pessoas com 60 anos ou mais, no mundo. Em 2012, o número de pessoas mais velhas aumentou para quase 810 milhões. Projeta-se que esse número alcance mil milhões em menos de 10 anos e que duplique até 2050, alcançando 2 mil milhões. Todavia, há diferenças bem delineadas entre as regiões. Por exemplo, em 2012, 6% da população africana tinha 60 anos ou mais, comparada com 10% na América Latina e Caraíbas, 11% na Ásia, 15% na Oceânia, 19% na América do Norte e 22% na Europa. Em 2050, estima-se que 10% da população africana terá 60 anos ou mais, comparada com 24% na Ásia, 24% na Oceânia, 25% na América Latina e Caribe, 27% na América do Norte e 34% na Europa.

Portugal apresenta mutações demográficas de ampla escala e com importantes repercussões sociais, económicas e culturais. A evolução demográfica em Portugal, no passado recente, caracterizou-se por um gradual aumento do peso dos grupos etários seniores e uma redução do peso da população jovem. As projeções oficiais disponíveis indicam uma dinâmica populacional sem precedentes na história portuguesa, com um crescente peso das populações seniores e uma redução secular do peso da população ativa (Carneiro, Chau, Soares, Fialho, & Sacadura, 2012).

A par deste fenómeno demográfico encontra-se uma área científica de formação recente, a gerontologia, «que embora com raízes anteriores emergiu de forma clara a partir da segunda metade do século XX e ganhou visibilidade na década de oitenta» (Paúl, 2005, p. 275). Uma das principais características da gerontologia é a sua multidisciplinaridade, porque implica o estudo das bases biológicas, psicológicas e sociais da velhice e do

envelhecimento (Fernández-Ballesteros, 2000). No seguimento da amplitude desta visão surgiram várias sub-disciplinas que têm vindo a dedicar-se a problemáticas específicas, como é o caso da gerontologia social, e que esta autora, entende como uma

especialização da gerontologia que para além de se ocupar do estudo das bases biológicas, psicológicas e sociais da velhice e do envelhecimento, dedica-se especialmente ao impacto das condições socioculturais e ambientais do processo de envelhecimento e da velhice, às consequências sociais desse processo, assim como, às ações que possam intervir para melhorar os processos de envelhecimento. (idem, ibidem, p. 36)

O envelhecimento é um vasto processo que ocorre, se o observarmos a partir de uma ampla perspetiva, desde o nascimento até à morte (ibid). O envelhecimento demográfico é um fenómeno social das sociedades contemporâneas, incluindo a europeia (Governo de Portugal, 2012). A velhice é uma consequência da longevidade humana (ibidem) e se entendida como um estado do indivíduo, supõe uma etapa da vida: a última (Fernández-Ballesteros, 2000).

2. Envelhecimento Ativo e Envelhecimento Bem-Sucedido

As respostas políticas ao envelhecimento global da população incluem vertentes positivas e negativas. Por um lado, a velhice é comumente retratada como um período de inatividade e dependência, por outro, as pessoas idosas são simultaneamente vistas como um recurso económico e social (Foster & Walker, 2014). Existe um grande leque de termos que compreendem a noção de “envelhecer bem”. Estes incluem o envelhecimento ativo e o envelhecimento bem-sucedido, assim como outros conceitos que lhe são próximos, como o de envelhecimento “saudável”, “positivo”, “ótimo” ou “produtivo”. Cada um destes conceitos implica (às vezes subtilmente) uma abordagem divergente de ganho e potencial de envelhecimento (Barrett & McGoldrick, 2013). Porém, os termos prevalentes nas últimas décadas são o envelhecimento ativo na Europa e o envelhecimento bem-sucedido nos Estados Unidos da América (Paúl, Ribeiro, & Teixeira, 2012). Ambos derivam da mesma raiz científica, que assenta na perspetiva de atividade (Foster & Walker, 2014). E em lados diferentes do Atlântico, ambos têm sido considerados em investigação e na política, como alternativas a um modelo débil de envelhecimento (Strawbridge, Wallhagen, & Cohen, 2002).

Para Oscar Ribeiro (2012), o envelhecimento ativo constitui um conceito científico complexo, um propósito para a maioria das pessoas e um indiscutível objetivo político. Enquanto modelo central de intervenção nas sociedades ocidentais que enfrentam o fenómeno do envelhecimento demográfico, inclui, na sua génese, premissas clássicas no âmbito da gerontologia, como as relativas à Teoria da Atividade, e preconiza a participação contínua dos mais velhos na sociedade, enfatizando a competência e os conhecimentos deste grupo e o seu potencial enquanto recurso vital para a sociedade.

O envelhecimento ativo é definido pela Organização Mundial de Saúde (OMS), como o «processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, visando melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas envelhecem»⁴. O termo foi adotado pela OMS no final da década de noventa. Destinado a transmitir uma mensagem mais inclusiva que o “envelhecimento saudável” e a reconhecer os fatores, que para além dos cuidados de saúde, afetam o modo como os indivíduos e as populações

⁴ WHO (2002). *Active Ageing: A Policy Framework*. Geneva. p. 12.

envelhecem (Kalache & Kickbusch, 1997)⁵. É importante notar que para a Organização Mundial de Saúde estar «ativo significa participar de um modo contínuo em todo tipo de assuntos da vida, sejam eles do foro social, cultural, económico, espiritual ou cívico, e não apenas a capacidade de estar fisicamente ativo ou de participar no trabalho»⁶. E de acordo com esta organização, para se conseguir que um envelhecimento seja ativo, para implementar políticas com esse objetivo, há que começar desde cedo a fazê-lo (Cruz & Paúl, 2009).

Atentando no modelo proposto pela OMS, os três pilares que sustentam o conceito de envelhecimento são: saúde, participação e segurança. Este modelo abrange grupos de seis determinantes, cada um inclui vários aspetos: (1) saúde e serviço social (promoção da saúde e prevenção de doenças; serviços de saúde; cuidados continuados; cuidados em saúde mental); (2) comportamental (tabagismo; atividade física; ingestão de alimentos; saúde bucal; álcool; medicação); (3) pessoal (biologia e genética e fatores psicológicos); (4) ambiente físico (ambiente amigável; casas seguras; quedas; ausência de poluição); (5) social (apoio social; violência e abuso; educação); (6) económico (salário; segurança social; trabalho), incorporados num contexto cultural e de género, e com recomendações para a política de saúde dos idosos (Paúl et al., 2012).

O conceito de envelhecimento ativo tem implícitas quatro noções chave:

- . Autonomia: que alerta para o controlo e a capacidade em tomar decisões de acordo com os seus próprios interesses;
- . Independência: que se refere à capacidade da pessoa em desenvolver funções/atividades do dia-a-dia;
- . Qualidade de Vida: refere-se à perceção que o indivíduo tem da sua própria vida. Tem a ver com a procura de um bem-estar físico, psicológico, relacional, social, etc., no meio que o rodeia;

⁵ Citado em ibidem, p. 13.

⁶ ibidem

. Esperança de vida saudável: relaciona-se com o prolongamento da vida da pessoa sem doença.

Para além dos pilares – saúde, participação e segurança, e destas quatro noções chave, as quais integram o conceito de envelhecimento ativo, pensamos que há ainda a considerar as redes de suporte social, principalmente as redes de apoio informal, destacando neste caso, a importância do papel da família, amigos e vizinhos nos resultados do envelhecimento (Paúl, 2005).

O envelhecimento ativo aplica-se tanto a indivíduos, como a grupos de indivíduos. Permite o desenvolvimento das suas potencialidades físicas e mentais, visando o bem-estar e a participação na sociedade de acordo com as suas necessidades, desejos e capacidades (WHO, 2002).

O conceito de Envelhecimento Bem-sucedido, “positivo” ou “com sucesso”, surgiu nos anos 1960 e abordava quer um mecanismo de adaptação às condições da velhice, quer a procura de um equilíbrio entre as capacidades do indivíduo e as exigências do ambiente. Um dos primeiros estudos a versar estas questões foi o *The Measurement of Life Satisfaction*, dos autores Neugarten, Havighurst & Tobin (1961), que articularam o envelhecimento positivo com algumas variáveis de natureza psicológica e em particular com a satisfação de vida (Fonseca, 2005).

De acordo com Foster & Walker (2014), o termo envelhecimento bem-sucedido foi cunhado por R. Butler (Successful aging, 1974), mas começou a ganhar popularidade através do artigo “Human ageing: Usual and successful” (1987) de John W. Rowe e Robert L. Kahn, onde se defende que a doença e envelhecimento são processos distintos.

Desde os últimos vinte anos do século XX até aos dias de hoje, estes autores têm levado a cabo, através da Fundação MacArthur, uma série de estudos sobre o tema, os quais têm contribuído para a discussão sobre o envelhecimento bem-sucedido. Os principais resultados encontram-se sintetizados no artigo *Successful aging* (Rowe & Kahn, 1997) onde, neste modelo inicial de envelhecimento indicaram três componentes principais:

- . Baixa probabilidade de doença e incapacidade relacionada com doença;
- . Maximização das funções cognitivas e físicas;
- . Envolvimento/compromisso ativo com a vida.

Salientando que é a combinação destes três componentes que representam o conceito de envelhecimento bem-sucedido na sua totalidade. Porém apesar da sua afirmação, este modelo tem sido alvo de muita controvérsia entre a comunidade científica, quer através de argumentos que o consideram demasiado biomédico, associado às atividades produtivas e centrado em resultados de carácter normativo e objetivos, quer pelos constrangimentos que o vocábulo “sucesso” implica, ainda que o mesmo seja aplicado através de uma atitude construtiva.

No entanto, o envelhecimento bem-sucedido é considerado um conceito multidimensional que engloba e transcende a boa saúde, pelo facto de ser composto por uma grande variedade de fatores biopsicossociais (Fernandez-Ballesteros et al., 2011).

Outra proposta amplamente difundida no âmbito do envelhecimento bem-sucedido é a de Paul B. Baltes & Margret M. Baltes, na obra de referência *Successful Aging: Perspectives from the Behavioral Sciences* (1990). Estes autores apresentam-nos uma teoria sobre envelhecimento bem-sucedido assente na perspetiva psicológica através de uma estratégia prototípica – a «otimização seletiva com compensação» (Baltes & Baltes, 1990). É um trabalho que encara o desenvolvimento individual de sucesso como um processo integrado no ciclo de vida, e que em alguns aspetos vem colmatar as limitações do modelo referido acima.

Enquanto premissa dinâmica de equilíbrio entre ganhos e perdas, envolve a interseção de três processos, designados usualmente pelo acrónimo SOC. São eles:

- . Seleção - restrição e priorização de domínios/tarefas/metas/resultados (em resposta designadamente à limitação de recursos);
- . Otimização - maximização do nível de funcionamento através do aumento, enriquecimento ou manutenção dos meios/recursos relevantes para a eficácia nos domínios/metaselecionados;
- . Compensação - utilização de meios alternativos quando os recursos deixam de ser suficientes para atingir os resultados pretendidos.

Para Baltes & Baltes, o envelhecimento bem-sucedido é um processo adaptativo que, através de uma estratégia de otimização seletiva com compensação, permite ao indivíduo gerir o balanço de perdas e ganhos (tendencialmente mais desfavorável com o aumento da idade) e assim – de forma ativa e idiossincrática – maximizar a eficácia no alcançar das metas (revistas), para si prioritárias, num contexto de inevitável redução de recursos/capacidades (Almeida, 2007, p. 19). Na mencionada obra de Baltes & Baltes (1990), muitos outros autores contribuíram com definições, por exemplo, J. F. Fries a partir de um ponto de vista médico ou de saúde pública com foco na compreensão da morbilidade, diz-nos, que o envelhecimento bem-sucedido «consiste em otimizar a expectativa de vida, ao mesmo tempo que se minimiza a morbilidade física, psicológica e social, sobretudo nos últimos anos de vida» (p. 35). Featherman, Smith e Peterson ao abordarem o conceito a partir da perspetiva das ciências sociais, referem-se ao envelhecimento bem-sucedido como um «construto social psicológico» e processual. Que reflete formas sempre emergentes e socialmente estimadas de adaptação e reformulação do predominate - condições culturalmente reconhecidas da mente, do corpo e da comunidade – para os idosos de uma sociedade.

Nesta linha, o «modelo sociocultural de envelhecimento bem-sucedido» desenvolvido por Godfrey, Townsend, & Denby (2004), quis examinar a relação entre a vida individual e as estruturas sociais mais amplas, tendo em conta que ambas moldam a vida, e considerando que esta é influenciada pela ação das pessoas. É um modelo que coloca o significado da experiência do indivíduo dentro de um vasto e articulado contexto socioeconómico e cultural.

Assim, parece-nos que, tal como Fonseca (2005, p. 289) nos relembra, o conceito de envelhecimento só faz sentido numa perspetiva ecológica, visando o indivíduo no seu contexto sociocultural, integrando a sua vida atual e passada, ponderando uma dinâmica de forças entre as pressões ambientais e as suas capacidades adaptativas, dando o devido relevo ao «sentir subjetivo de cada indivíduo, completamente idiossincrático, que se compreende à luz da construção da história de cada um» (Paúl, 1996, p. 20).

3. Envelhecimento Criativo

Dando seguimento às premissas da gerontologia social, tentamos expor uma compreensão mais apurada e consolidada acerca da relação entre a criatividade e o envelhecimento, em particular sobre o conceito de envelhecimento criativo. A criatividade apresenta-se como um novo paradigma para o envelhecimento. Um paradigma que articula o potencial das pessoas mais velhas, em vez dos seus problemas (Hanna & Perlstein, 2008). Na dianteira desta abordagem, surgiu pela aurora do século XXI - *The Creative Age: Awakening Human Potential in the Second Half of Life* (Cohen, 2000) – um dos primeiros trabalhos científicos que se centrou exclusivamente no tema da criatividade e do envelhecimento. A obra documentou descobertas em neurociência que desafiaram de forma radical as convencionais suposições sobre o envelhecimento cerebral. Por exemplo, os seus estudos mostraram que, embora seja verdade que o cérebro perde neurónios ao longo da vida, isso não significa necessariamente que a função cerebral diminui (Larson & Perlstein, 2003). Nesta centelha Cohen (2006) coloca duas questões - como é que as artes e a expressão criativa promovem a saúde e o envelhecimento? Quais são os mecanismos subjacentes, identificados pela investigação, que interessam no contexto da criatividade e do envelhecimento? E mais à frente fundamenta as suas respostas através do desenvolvimento dos seguintes tópicos: Mecanismo de controlo [Sense-of-control mechanism]; Influência da mente sobre o corpo [Influence of the mind on the body]; Envolvimento social [Social engagement] e Plasticidade cerebral [Brain plasticity].

Uma das pioneiras do conceito de Envelhecimento Criativo é Susan Perlstein, num artigo de 2003 (Larson & Perlstein), refere que há quase vinte e cinco anos quando iniciou este trabalho, não havia campo e era difícil promover esta visão.

No contexto das artes em articulação com os programas de envelhecimento, Susan Perlstein, fundadora do National Center for Creative Aging (NCCA), alude ao estado deste campo de estudos nos primeiros anos deste milénio, da seguinte forma:

Profissionais de gerontologia, serviço social, educação e artes têm desenvolvido um grande interesse na teoria e na prática do trabalho criativo com idosos. Eu

atribuo isso, em parte, aos avanços biomédicos contra algumas das condições físicas mais debilitantes da velhice.⁷

Desde então, as artes e a expressão criativa começaram a ganhar terreno na gerontologia, e hoje podemos dizer que

o campo do **envelhecimento criativo centra-se no benéfico e poderoso papel das artes para melhorar a qualidade de vida dos idosos** e é cada vez mais reconhecido como um importante contributo para o envelhecimento positivo. Os investigadores vêm descobrindo que o envelhecimento do cérebro é muito mais plástico do que se acreditava anteriormente, e que a aprendizagem estruturada - especialmente através das artes – pode melhorar o funcionamento cognitivo e a qualidade de vida.⁸

Esta noção sobre envelhecimento criativo é disponibilizada pelo *Creative Aging Toolkit for Public Libraries*, uma espécie de “caixa de ferramentas” para a implementação do envelhecimento criativo. É um recurso *online* desenvolvido pela Lifetime Arts, Inc (uma organização sem fins lucrativos norte-americana, que trabalha no sentido de promover a criação, a expansão e a sustentabilidade dos programas de arte especializados para a terceira idade) que tem por missão incentivar a prática do envelhecimento criativo. Para a equipa de investigadores que colabora com a Lifetime Arts, Inc, o envelhecimento criativo é «uma prática que envolve a participação de adultos mais velhos (55+) em programas de arte (orientados por profissionais) focados no envolvimento e em competências de domínio social».⁹ A mesma, esclarece ainda que, este «é um movimento

⁷ Perlstein, S. (2002). Arts and Aging Across America. *Community Arts Network*. Consultado em Creativity Matters, The Arts and Aging Toolkit, in <http://artsandaging.org/index.php?id=1>

⁸ [The field of **creative aging focuses on the beneficial and powerful role of the arts in enhancing the quality of life for older adults** and is increasingly recognized as an important contributor to positive aging. Researchers are discovering that the aging brain is far more plastic than previously believed, and that structured learning – especially through the arts – can improve cognitive functioning and enhance the quality of life]. The Creative Aging Toolkit for Public Libraries. Lifetime Arts, Inc. Acedido em <http://creativeagingtoolkit.org/creative-aging/theory/>

⁹ ibidem

que visa proporcionar oportunidade para a expressão criativa através de oficinas de artes visuais, literárias e performativas, que não é sobre fazer colares de massa».¹⁰

A prática do envelhecimento criativo tem emergido em três áreas distintas:

. **Saúde e Bem-estar** (inclui arte terapia através de programas adaptados aos idosos institucionalizados e dirigidos à população com perda cognitiva);

. **Comunidade** (programas direcionados para a utilização das artes como meio de desenvolvimento cultural ou cívico, incluindo programas e oportunidades, através dos quais os idosos podem contribuir para a vida das suas comunidades);

. **Aprendizagem ao Longo da Vida** (programas de ensino de base comunitária, que visam desenvolver capacidades artísticas através de oficinas participativas e que em geral culminam com o compartilhamento público).

Note-se que a ênfase subjacente a todas estas práticas é o envolvimento ativo e a facilitação profissional. No mesmo renque consideramos a existência de um outro recurso *online* bastante inovador, o *Creativity Matters: The Arts and Aging Toolkit*¹¹. Uma plataforma concebida sob o desígnio das artes e do envelhecimento, que revela - porquê e como - é que os idosos beneficiam da participação em programas de artes comunitárias, conduzidos por profissionais. Oferecendo também conselhos detalhados e exemplos para a criação, implementação e avaliação deste tipo de programas.

O *Creativity Matters: The Arts and Aging Toolkit* enumera vários pontos-chave neste contexto, dos quais destacamos dois: (1) a importância de enfatizar a capacidade - e não a incapacidade - na linguagem que faz referência ou descreve os idosos; (2) os desafios que abarcam as artes e os programas de envelhecimento, incluem o idadismo, o isolamento dos idosos nas nossas comunidades, o desafio da mudança e a transmissão de valor.

Valorizámos estes dois aspetos mormente porque em Portugal, o idadismo¹² parece atingir sobretudo as pessoas mais velhas (Marques, 2011). Um dos principais

¹⁰ *ibid*

¹¹ Promovido pelo The National Guild for Community Arts Education, NCCA - The National Center for Creative Aging e NJPAC - New Jersey Performing Arts Center. Consultado em <http://artsandaging.org/>

¹² Em termos gerais, o idadismo refere-se às atitudes e práticas negativas generalizadas em relação aos indivíduos baseadas somente numa característica – a sua idade (Marques, 2011, p. 18).

componentes do idadismo está associado às crenças ou aos estereótipos que temos relativamente ao grupo das pessoas idosas (ibidem), ora é também neste sentido que acreditamos que as artes e as experiências criativas têm um papel determinante, ou seja, evidenciam as capacidades das pessoas, ao mesmo tempo que contribuem para a desmistificação do estigma. De facto, transportamos (muitas vezes) connosco ideias infundadas sobre uma determinada realidade, e que em geral não refletem apenas uma postura individual, mas principalmente um conjunto de valores cristalizados e de práticas culturais profundas da sociedade em que vivemos. A título de exemplo, e uma vez que se apresenta como fator preponderante da anterior exposição - a criatividade - é frequentemente associada aos mais jovens, como se fosse uma capacidade praticamente exclusiva da juventude. Curiosamente, a artista e teórica de arte Fayga Ostrower, não só pensou precisamente o contrário, como nos deixou testemunho sobre isso, em *Acasos e criação artística*, podemos observar que,

a criatividade é uma dimensão inerente ao ser humano, as potencialidades criativas, porém, só se darão a conhecer depois que a pessoa crescer, desenvolver-se e atingir sua maturidade, ou seja, só após os encontros com a vida. E é neste contexto que a sensibilidade e o potencial criador se revelarão, pois estão diretamente atrelados aos caminhos da vida, nos quais não existe atalho ou queima de etapas. (p. 136)¹³

É com base neste tipo de afirmações e evidências que melhor podemos compreender a arejada conceção sobre envelhecimento criativo, que a investigadora Pat Spadafora nos sugere. Para quem, «o envelhecimento criativo é sobre possibilidades». Porque nos liberta das nossas crenças limitadas sobre o envelhecimento e abraça a realidade de que os indivíduos continuam a crescer, a aprender e a contribuir para as suas comunidades ao longo da sua vida.¹⁴

¹³ Fayga Ostrower, *Acasos e criação artística*. Citado em Santos, 2010 (p. 2).

¹⁴ Pat Spadafora, Sheridan College Elder Research Centre. Consultado em <http://creativeage.ca/>

4. Teatro. Que teatro?

Nesta secção, almejamos esclarecer o tipo e/ou a modalidade teatral que concerne a este estudo, longe de uma reflexão aprofundada sobre o fenómeno teatral nas suas mais diversas abordagens - teatro, drama, performance. Não obstante, gostaríamos de precisar inequivocamente que, no presente trabalho «o teatro é uma atividade que nada tem a ver com edifícios e outras parafernalias. Teatro – ou teatralidade – é aquela capacidade ou propriedade humana que permite que o sujeito se observe a si mesmo, em ação, em atividade».¹⁵

Uma das dificuldades com que nos deparámos foi precisamente a arduidade em encontrar uma definição consistente e sistematizada sobre a “variante teatral” ou o “tipo” de teatro que aqui pretendemos abordar. Embora se verifiquem, quer a nível nacional e internacional, cada vez mais experiências artísticas em contextos comunitários, e a prática teatral não é excepção, cremos que não há ainda um termo que seja consensual para o teatro praticado neste universo, o que nos coloca numa situação ambivalente, mas que acaba por realçar a sua natureza plural. «Apesar de se tratar de um universo que se amplia com grande velocidade, a reflexão teórica e crítica sobre este campo, entre nós, ainda é pouco sistematizada» (Coutinho, 2012, p. 111).¹⁶

Tim Prentki e Jan Selman (2000), na sua obra *Popular Theatre in Political Culture* lembram que, as

definições e a utilização cuidada de terminologias ajudam a compreender o trabalho nesta área, incluindo intenções, metodologias, processos, e o uso de formas teatrais. Há uma necessidade de encorajar a clareza da linguagem neste campo. Embora algumas separações possam ser vistas apenas como diferenças semânticas, parece ser necessário um delineamento preciso entre as diversas atividades teatrais com interesse social. Para reconhecer elementos comuns,

¹⁵ Augusto Boal (1996). O arco-íris do desejo: o método Boal de teatro e terapia. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, p. 27.

¹⁶ Marina Henriques Coutinho (2012), ainda que aborde esta questão de acordo com o panorama brasileiro, parece-nos que a mesma também é válida para o nosso país.

sobreposições, zonas cinzentas em redor e entre os diferentes tipos de teatro é preciso esclarecer as suas intenções e pressupostos. (p. 29)¹⁷

Desde o início que o afinçado interesse pela delimitação do termo teatral a utilizar neste trabalho esteve presente, podemos até dizer que essa preocupação marcou grande parte deste périplo. Porque acreditamos que,

as definições são necessárias se quisermos ter uma noção clara do que queremos dizer quando falamos de colaborações entre artistas e a comunidade. Delimitar termos fornece uma direção que é fundamental para a definição de intenções, para a compreensão dos processos éticos, afetivos e estéticos e dos resultados que emergem desses projetos.¹⁸

De facto, as terminologias das práticas teatrais que envolvem um grupo de pessoas com alguma coisa em comum, variam de acordo com a época, o contexto político, socialcultural e artístico. E consequentemente, alguns investigadores desta matéria definem este fenómeno de expressão internacional à luz da sua experiência e observação.

Os termos revezam-se nas mais diversas áreas (educação, política ou saúde) e podem surgir nas seguintes tipologias: teatro popular; teatro comunitário; teatro aplicado; teatro social, teatro de intervenção; teatro participativo; teatro do oprimido; teatro para a transformação social; teatro para a resolução de conflitos; teatro para o desenvolvimento, teatro agit-prop, teatro político, psicodrama, dramaterapia, teatro ambiental, teatro amador, entre outros.

Perante a diversificação de termos e da constatação das suas variantes, tivemos a preocupação de determinar as tipologias que, a nosso ver, melhor contextualizam a prática

¹⁷ [Definitions and careful use of terminology can serve to clarify our work, including our intentions, methodology, process, and use of theatrical forms. There is a need to encourage a clarity of language in this field. While some separations may be seen as merely based in semantics, rather precise delineation among the variously socially interest theatrical activities seems worthwhile. To acknowledge the commonalties, overlaps and grey areas around and between these various kinds of theatre is to clarify intentions and assumptions] Prentki & Selman (2000, p. 29). Acedido em Junho 09, 2015. Consultado em https://books.google.pt/books/about/Popular_Theatre_in_Political_Culture.html?id=qOCJ5BaMyhIC&redir_esc=y

¹⁸ Newmark (2007, p. 145). Citado em Andrade (2013).

teatral subjacente a este estudo. Optando, assim, por desenvolver três conceitos, que nos parecem mais adequados:

- (1) Teatro Comunidade;
- (2) Teatro Aplicado;
- (3) Teatro Sénior.

4.1 Teatro Comunitário

O termo teatro comunitário tem sido utilizado pelo menos desde 1920, quando Alexander Drummond - Professor da Universidade de New York Cornell, o usou para se referir ao seu projeto de desenvolvimento de peças de teatro feitas por pessoas daquela área (Erven, 2001).

Para Baz Kershaw, autor do livro *The Politics of Performance: Radical Theatre as Cultural Intervention*, estamos perante uma prática de teatro comunitário: sempre que o ponto de partida seja a natureza do público e da comunidade, ou ainda quando a estética da performance é moldada pela cultura da comunidade ou do público (Kershaw, 1992).

Mas antes de avançarmos e para melhor compreender que princípios subjazem a todo o trabalho de âmbito artístico e comunitário, Jan Cohen-Cruz, esclarece que,

Uma produção de base comunitária [*community-based*] é geralmente uma resposta a um assunto ou uma circunstância coletivamente significativa. É uma colaboração entre um artista ou um grupo e uma “comunidade” na qual, a última é a fonte principal do texto, possivelmente dos artistas também, e por fim uma boa parte do público. Ou seja, o princípio da *community-based performance* não é o artista individualmente, mas a “comunidade” constituída em virtude de uma identidade primária compartilhada com base no local, etnia, classe, raça, preferência sexual, profissão, circunstâncias ou orientação política. (Cohen-Cruz, 2005, p. 2)¹⁹

¹⁹ [A *community-based* production is usually a response to a collectively significant issue or circumstance. It is a collaboration between an artist or ensemble and a “community” in that the latter is a primary source of the text, possibly of performers as well, and definitely a goodly portion of the audience. That is, at the

Eugene van Erven, em *Community Theatre: Global Perspectives* (2001), apresenta experiências em cinco continentes sob condições socioculturais muito particulares, onde destaca os diversos mecanismos e inspirações do teatro comunitário, enquanto processo artístico. Este autor (professor de teatro da Universidade de Utrecht) aproxima-se de algumas ideias de Baz Kershaw, pois, além de acrescentar que o teatro comunitário [*community theatre*] é um fenómeno mundial que se manifesta em diferentes formas, produzindo uma ampla gama de estilos de representação, refere

Que se unem, penso eu, pela sua ênfase em histórias locais e/ou pessoais (em vez de peças já escritas) que são primeiro trabalhadas através da improvisação e depois de modo coletivo, ganham forma teatral através da orientação de artistas profissionais externos – que podem ou não estar ligados a outros tipos de teatro profissional – ou de artistas amadores locais que residem entre o grupo, e que por falta de termo melhor, podem talvez ser chamados de “periféricos”. (Erven, 2001, p. 2)²⁰

A investigadora Marcela Bidegain analisou as formas de produção e a poética do teatro comunitário, avançando com algumas conceptualizações que contribuem para a definição deste fenómeno cultural. Na sua obra *Teatro Comunitario - Resistencia y Transformación Social*, menciona que,

O teatro comunitário surge como uma necessidade de um grupo de pessoas numa determinada região, bairro ou cidade para se conhecer, reunir-se e comunicar-se através do teatro. É um tipo de manifestação e expressão artística que parte da premissa de que a arte é um direito de todo o cidadão e, que como a saúde, a alimentação e a educação, deve estar entre as suas prioridades. Por esta razão

source of community-based performance is not the singular artist but a “community” constituted by virtue of shared primary identity based in place, ethnicity, class, race, sexual preference, profession, circumstances, or political orientation]

²⁰ [It is united, I think, by its emphasis on local and/or personal stories (rather than pre-written scripts) that are first processed through improvisation and then collectively shaped into theatre under the guidance either of outside professional artists – who may or may not be active in other kinds of professional theatre – or of local amateur artists residing among groups of people that, for lack of a better term, could perhaps best be called “peripheral”]

propõe à comunidade assumi-lo como tal e não delegá-lo a outros. (Bidegain, 2007, p. 33)²¹

Por sua vez, Edith Scher (fundadora do grupo de teatro comunitário “Matemurga” de Buenos Aires) fala-nos de - um teatro da comunidade para a comunidade, de vizinhos para vizinhos - um teatro que se define por aqueles que o integram. Esclarece que o teatro comunitário não é sinónimo de teatro de rua, nem de teatro popular, mas que, «o teatro comunitário, no entanto, deve a sua denominação à população que o compõe, ou seja, para dizê-lo claramente, uma parte da comunidade, integrada pela sua ampla variedade de ofícios, profissões, idades, proveniências, classes sociais, etc., com toda a heterogeneidade que ele implica» (Scher, 2010, p. 63).²²

Márcia Pompeo Nogueira, conhecida investigadora nesta matéria, explica o seguinte:

Trata-se de um teatro criado coletivamente, através da colaboração entre artistas e comunidades específicas. Os processos criativos têm sua origem e seu destino voltados para realidades vividas em comunidades de local ou de interesse. De um modo geral, mesmo usando terminologias diferentes, esboça-se um método baseado em histórias pessoais e locais, desenvolvidas a partir de improvisação. Cada terminologia, a seu modo, guarda relações com um processo educativo entendido ou não como transformador (Nogueira, 2008, p. 4).²³

²¹ [El teatro comunitario surge como necesidad de un grupo de personas de determinada región, barrio o población de reunirse, agruparse y comunicarse a través del teatro. Es un tipo de manifestación y expresión artística que parte de la premisa de que el arte es un derecho de todo ciudadano y, que como la salud, el alimento y la educación, debe estar entre sus prioridades. Por esta razón propone a la comunidad asumirlo como tal y no delegarlo en otros]

²² [el teatro comunitario, en cambio, debe su denominación a la población que lo compone, que es, para decirlo claramente, una porción de comunidad, integrada por su amplia variedad de oficios, profesiones, edades, procedencias, extracciones sociales, etcétera, con toda la heterogeneidad que ello implica]

²³ Nogueira (2008). *Teatro em comunidades: questões de terminologia*. Anais do V Congresso da ABRACE. Consultado em: <http://portalabrace.org/memoria/vcongressopedagogia.htm>

Através de três modelos que se diferenciam em função dos seus objetivos, Nogueira (2007)²⁴, estabelece um referencial que contribui para a análise das práticas de teatro e comunidade:

- . Teatro **para** comunidades - feito por artistas para comunidades periféricas, desconhecendo de antemão sua realidade.
- . Teatro **com** comunidades - o trabalho teatral parte de uma investigação de uma determinada comunidade para a criação de um espetáculo. Tanto a linguagem, o conteúdo - assuntos específicos que se quer questionar - ou a forma - manifestações populares típicas - são incorporados no espetáculo. A ideia de vinculação a uma comunidade específica estaria ligada à ampliação da eficácia política do trabalho.
- . Teatro **por** comunidades - Inclui as próprias pessoas da comunidade no processo de criação teatral. Em vez de fazer peças dizendo o que os outros devem fazer, passou-se a perguntar ao povo o conteúdo do teatro, ou dar ao povo os meios de produção teatral.

No panorama nacional também encontramos algumas contribuições que ajudam à compreensão do teatro comunitário, por exemplo, na obra *Coro: Corpo Coletivo e Espaço Poético - interseções entre o teatro grego antigo e o teatro comunitário*, a autora Cláudia Andrade, refere que

(...) o teatro comunitário pode incluir o teatro que é realizado unicamente pelos membros de uma comunidade ou aquele que é resultado de uma colaboração entre essa comunidade e artistas profissionais. Em qualquer dos casos, o que parece constituir um dos processos básicos para a existência de teatro comunitário é uma efetiva e manifesta inclusão das populações no processo criativo, de forma que estas sejam protagonistas da produção teatral. (Andrade, 2013, p. 24)

²⁴ Nogueira (2007). Tentando definir o Teatro na Comunidade - Projeto de Pesquisa Banco de Dados em Teatro para o Desenvolvimento de Comunidades. CEART/UDESC. Consultado em: http://www.ceart.udesc.br/revista_dapesquisa/volume2/numero2/cenicas/Marcia%20Pompeo.pdf

E já ulteriores às propostas de Márcia Pompeo Nogueira acima designadas, encontramos as preposições de Cláudia Andrade (2013) sobre teatro comunitário, que para além de *com* e *para* a comunidade, refere que será comunitário, o teatro que é *da* comunidade, *sobre* comunidade e *na* comunidade:

. *da* comunidade - porque é dela que emerge a prática teatral, diretamente relacionada com as suas particularidades problemáticas, vivências e inquietações (...).

. *sobre* a comunidade - porque trabalha a partir do imaginário popular e da memória coletiva, na busca de uma identidade comunitária (...).

. *na* comunidade - porque geralmente os espaços onde são realizados os espetáculos de teatro comunitário são sempre espaços públicos (...).

Para Hugo Cruz, diretor artístico de A PELE – Espaço de Contacto Social e Cultural,

o teatro e a comunidade constitui-se como um campo próprio de ação e pensamento que privilegia a participação num processo de criação coletiva inspirada pelas identidades, histórias, culturas, tradições de pessoas e lugares que sustentam o desenho de uma dramaturgia e permitem uma projeção coletiva no futuro. Deste processo espera-se qualidade estética e um impacto comunitário com significado e significativo.²⁵

Mais recentemente, Joana Teixeira (2014) apresentou na sua dissertação de mestrado²⁶, um ensaio de uma entrada de “Teatro Comunitário” para um futuro Dicionário de Teatro. Onde afirma que, «não será comunitário o teatro cuja prática não vise expressamente o desenvolvimento - seja ele qual for - de uma determinada comunidade».

²⁵ Consultado em <http://www.apele.org/#!/projetos/c5em>

²⁶ Joana Teixeira (2014). *Teatro Comunitário em Portugal: dois casos de estudo recentes*. Faculdade de Letras da Universidade do Porto.

Desta pertinente e necessária proposta selecionámos três excertos:

. Designação não consensual, sobretudo porque o termo comunitário se aplica à natureza do próprio teatro em geral, quando o que se procura é a especificidade para esta prática. (p. 86)

. [...] Teatro Comunitário pressupõe a noção de que a comunidade é um segmento organizado da sociedade global, essencialmente ligado ao território e à consciência de pertença a um grupo e a um lugar. (p. 86)

. [...] o Teatro Comunitário, sem pretender esbater individualidades, visa a construção de uma identidade comunitária, como alavanca fundamental para a dinamização de zonas rurais ou urbanas mais marcadas pelo fechamento, pela (auto) marginalização, pelo desfavorecimento económico ou cultural. (p. 87)

Este tipo de teatro escapa muitas vezes à atenção do grande público, as suas apresentações raramente marcam presença nos meios de comunicação social, pois ocorrem frequentemente fora do circuito da “alta cultura” e à margem do teatro comercial. Talvez por isso mesmo parecem ser invisíveis tanto para os críticos culturais, como para a academia em geral.

4.2 Teatro Aplicado

A teoria do *teatro aplicado* - termo não consensual que abrange um largo número de modalidades teatrais, visando o desenvolvimento das pessoas e das suas comunidades - integra, entre muitos outros, o conceito a que nos referimos anteriormente, o teatro comunitário. Philip Taylor (2003) confere esta ideia quando diz que esta é - uma nova forma de teatro comunitário. Na verdade, e muito embora seja possível apresentar conceptualizações separadas, cremos que a génese é a mesma, assim como os seus desígnios, comuns. Assim, pode eventualmente parecer desnecessária uma abordagem ao termo. Todavia, a nossa opção em discorrer sobre a conceptualização do teatro aplicado, justifica-se por um lado, pelo facto deste ter adquirido relevância internacional, e por

outro, pela constatação da sua prevalência dentro do discurso teórico que resulta da comunidade acadêmica. Porém, não nos parece que, na maioria dos meios onde efetivamente ocorre, se fale em teatro aplicado ou mesmo da “aplicação” do teatro. Aliás, “aplicado” é um termo que tem suscitado o debate e algumas divergências entre autores que se dedicam a este campo de estudo. Ackroyd (2007) escrutina o problema, e afirma que “aplicado” implica uma noção mais utilitária, em consonância com o desenvolvimento da competitividade na era global, congratuado pela atual agenda de índole mecanicista. Já a relutância de Márcia Pompeo Nogueira em relação a esta terminologia deve-se à circunstância dos termos “artes aplicadas” ou “teatro aplicado” encontrarem resquícios nos tempos da ditadura militar brasileira. Entende-se a controvérsia, uma vez que estes fundamentos se opõem indubitavelmente aos fins das práticas em causa.

À parte da polémica do termo, ambos [aplicado e comunitário] partilham a ideia de um teatro que se desvincula dos cânones artísticos e da cultura *mainstream*, em prol de uma prática teatral que conduza quer à participação no processo criativo, como à emancipação humana. A explicação de Garret White (2015) concorre para a compreensão destes fins:

O objetivo do teatro aplicado, e de outras práticas de artes participativas intervencionistas, é diametralmente oposto às práticas culturais e heranças que celebram a "aristocracia espiritual", ou elevam a "realização discriminatória refinada"; pelo contrário, procura promover a democracia cultural em espaços que valorizem diversas realizações criativas. (p. 28)²⁷

De acordo com Nicholson (2014, p. 3)²⁸, os termos *drama aplicado*, *teatro aplicado* e *performance aplicada* surgiram nas universidades, ganhando aceitação

²⁷ [The aim of applied theatre, and other interventionist participatory arts practices, is diametrically opposed to cultural practices and inheritances which would celebrate a "spiritual aristocracy", or elevate "refined discriminatory accomplishment"; instead, it seeks to promote cultural democracy in arenas that value diverse creative accomplishments.]

²⁸ Segunda edição do livro *Applied Drama, the gift of theatre*, de Helen Nicholson (2014), onde a autora faz uma reflexão sobre os valores do drama, do teatro e da performance que ocorrem em contextos comunitários e educacionais.

durante a década de 1990 entre estudantes, académicos, profissionais de teatro e, não obstante, entre alguns decisores políticos. Usados como um tipo de abreviação para descrever formas de atividade dramática que fossem especificamente destinadas a beneficiar indivíduos, comunidades e sociedades.

De facto, o termo *teatro aplicado* tem sido usado cada vez mais nos últimos anos²⁹, enquanto termo genérico ou termo “guarda-chuva” para designar um conjunto de práticas que se sobrepõem. No que respeita à abrangência do termo, Taylor (2006) diz mesmo que este permite encontrar ligações e conexões, a todos os que - como ele - estão comprometidos com o poder do teatro em fazer a diferença no ciclo de vida humana.³⁰

Judith Ackroyd (2000) foi uma das primeiras autoras a sugerir que o teatro aplicado é um *umbrella term* para descrever diferentes formas de teatro com base educativa e comunitária. Referindo que a variedade de modalidades teatrais que o termo abarca é enorme, incluindo o teatro para a educação, para o desenvolvimento comunitário, para a promoção da saúde, dramaterapia e psicodrama. Mas diante desta pluralidade de práticas, há uma intencionalidade comum - a aspiração de usar o drama ou o teatro para melhorar a vida das pessoas.

Na mesma linha de boas intenções sobre estas práticas teatrais, estão também algumas considerações de Taylor (2003), que a propósito da motivação das mesmas refere, que - propõem alternativas, tratando feridas ou barreiras psicológicas, questionando discursos prevalentes, dando voz às opiniões silenciadas e marginais.

Tim Prentki & Sheila Preston (2009) mencionam que, teatro aplicado

enquanto termo, designa um amplo leque de práticas teatrais e processos criativos que levam os participantes e o público, além do teatro convencional e *mainstream* para o mundo de um teatro que responde a pessoas comuns e às suas histórias, ao seu ambiente local e às suas prioridades. O trabalho acontece muitas vezes, mas nem sempre, em espaços informais, em lugares não teatrais, numa variedade de ambientes geográficos e sociais: escolas, centros de dia, ruas, prisões, conjuntos habitacionais ou qualquer outro lugar que possa ser específico ou relevante aos interesses da comunidade.³¹

²⁹ Taylor, 2003, p. xxi. Citado em Coutinho (2012, p. 116).

³⁰ Taylor, 2006, p. 93. Citado em Prendergast & Saxton (2009, p. 6).

³¹ [...] as a term describing a broad set of theatrical practices and creative processes that take participants and audiences beyond the scope of the conventional, mainstream theatre into the realm of a theatre that is

Nicholson (2014) também se reporta aos lugares onde geralmente este tipo de teatro acontece, e fá-lo da seguinte maneira: «é aplicado em diferentes locais, algumas vezes nada glamourosos (...), por exemplo, lares de idosos, albergues para sem-abrigo, escolas ou prisões – liderado por praticantes que têm experiência em criar atividades dramáticas com participantes da comunidade» (p. 3).

Neste âmbito, não é demais salientar o interessante trabalho realizado por Monica Prendergast & Juliana Saxton (2009), em *Applied Theatre, International Case Studies and Challenges for Practice*. Obra que reúne uma série de especialistas na matéria, onde as autoras difundem uma visão internacional, permitindo que estudantes e praticantes da área, adquiram uma compreensão básica do que é o teatro aplicado e entendam o seu funcionamento. Incentivando os interessados a manter uma espécie de bloco de notas para a autorreflexão, como forma de observar as suas descobertas durante a leitura. Outra proposta, é a criação de um “manual de operações” registrando técnicas e estratégias sobre a prática do teatro aplicado, de modo a colocar em relação, os ecos dos seus interesses e as suas experiências de aprendizagem.

Esta dupla, indica também as diferentes terminologias que podem integrar o teatro aplicado, as quais passamos a nomear:

Teatro na Educação [Theatre in Education]; Teatro Popular [Popular Theatre]; Teatro do Oprimido [Theatre of the Oppressed (TO)]; Teatro para a Educação em Saúde [Theatre for Health Education (THE)]; Teatro para o Desenvolvimento [Theatre for Development (TfD)]; Teatro na Prisão [Prison Theatre]; Teatro de Base Comunitária [Community-based Theatre]; Teatro Museu [Museum Theatre] e Teatro Reminiscência [Reminiscence Theatre] (p. 3-6).

E no seguimento de um breve panorama histórico, identificam o teatro aplicado como um aliciante fenómeno artístico e social, reunindo as suas características.

responsive to ordinary people and their stories, local settings and priorities. The work often, but not always, happens in informal spaces, in non-theatre venues in a variety of geographical and social settings: schools, day centres, the street, prisons, village halls, an estate or any other location that might be specific or relevant to the interests of a community]. Tim Prentki & Sheila Preston (2009). *Applied Theatre - An introduction*, Cap. 1. The Applied Theatre Reader.

Enumeramos algumas (p. 11):

- . Foco em múltiplas perspectivas;
- . Descaso pela sequência enquanto estrutura eficaz;
- . Finais em aberto que permitam o questionamento;
- . Menos dependência da palavra e mais pesquisa do movimento e da imagem enquanto linguagem teatral;
- . Aposta na improvisação;
- . Abordagem coletiva que integre e capacite os participantes para a mudança;
- . Questões de importância local;
- . Público ativo e participante.

Percorrendo estas concepções é possível perfilhar interseções e contaminações entre todas as tipologias teatrais que se apresentam como alternativa à convenção e, que anseiam a ação comunitária e a justiça social.

Consciência, Desenvolvimento e Participação talvez sejam denominadores comuns e implícitos a todas as manifestações da área. Quiçá o mais adequado para cunhar as práticas teatrais acima referidas, seja o conceito de Teatro Participativo [Participatory Theatre], uma vez que existe unanimidade em relação à participação e ao envolvimento das pessoas e/ou das comunidades no processo.

4.3 Teatro Sênior

Pelo que apurámos nas nossas pesquisas, as fontes para uma definição consolidada do termo Teatro Sênior são muitíssimo escassas. Não temos conhecimento que haja desenvolvimento ou debate teórico sobre os propósitos desta variante teatral. Paralelamente, não é difícil constatar o crescimento da sua prática no contexto nacional e internacional. Parece haver cada vez mais projetos de natureza teatral dirigidos à população idosa, atividades dramáticas que contemplam a participação de seniores ou grupos intergeracionais. É verdade que a sua prática é especialmente diminuta quando

comparada a atividades de âmbito desportivo, no entanto, cremos ser possível afirmar com segurança que, nos últimos anos têm surgido cada vez mais grupos de teatro sénior.

Todavia, apesar dos poucos dados a que acedemos, encontrámos algumas fontes que nos permitem definir características e esclarecer especificidades do teatro sénior. Por exemplo, o *The Continuum Companion to Twentieth Century Theatre* inclui uma entrada designada de “Teatro para terceira idade” [Theatre for old age], a qual consideramos redutora, na medida em que apenas se refere ao idoso institucionalizado. Ainda assim, tendo em conta a relação com o teatro comunitário e alguns aspetos que entram no domínio do nosso trabalho, considerámo-la importante. Desta maneira, vejamos que para Clive Barker (2006), “Teatro para terceira idade” é uma

forma de teatro comunitário que é diretamente dirigida ao idoso institucionalizado. Embora exista uma justificação clara para a oferta de lazer, geralmente acessível na modalidade de *music hall*, para os idosos (Old Age Theatre Society), outros grupos têm tentado maneiras de utilizar formas participativas de teatro para reverter a estagnação física e mental das pessoas idosas, para despertar o interesse e proporcionar o estímulo mental das pessoas ao longo da vida (Age Exchange, Reminiscence Theatre). Podendo incitar as pessoas a recordar as músicas e outras competências da sua juventude, ou a procurar estímulos de memória com fins históricos, documentais ou pessoais. (p. 761)³²

Um documento que nos ajudou a reunir informação sobre o conceito de teatro sénior (utilizando especificamente o termo) foi a tese de doutoramento de Joan Kole (2009), intitulada *Theatre and aging: directors' practices with aging performers in senior theatre settings*. Kole, aborda a relação entre teatro e envelhecimento, a partir da experiência das pessoas que orientam ou dirigem os grupos de teatro com idosos.

³² [Form of COMMUNITY THEATRE which is directly addressed to the institutionalized aged. Although there is a clear justification for the offering of entertainment, usually in accessible form of MUSIC HALL, to the aged (Old Age Theatre Society), other groups have tried ways of utilizing participatory forms of theatre to reverse mental and physical stultification in old people, to awaken interest and to provide mental stimulation for people to go on living (Age Exchange, Reminiscence Theatre). This can provoke people to remember the songs and other performance skills of their youth, or seek to stimulate the memory for historical, documentary or personal recall purposes].

Por esta via chegámos a A. L. Wood (2007), que indica que o Teatro Sénior é uma prática realizada por pessoas com mais de 55 anos, descrevendo-o como

o setor de teatro recreativo e ocupacional que mais rapidamente cresce na América do Norte e na Europa. À semelhança do teatro tradicional, o teatro sénior integra agora todo o tipo de teatro, desde grupos amadores e terapêuticos em lares, centros de dia e igrejas até companhias interdisciplinares, teatro comunitário, teatro universitário e companhias totalmente profissionais.³³

Outra proposta que integra a referida tese, contribui para denominar os propósitos do Teatro Sénior. Agora sugerida por Stewart (2004), através de quatro objetivos gerais:

- . oferece a oportunidade dos idosos representarem;
- . educa o público sobre temas seniores;
- . partilha a experiência de vida dos idosos;
- . e cria estrutura e apoio social (para idosos).

Stewart ressalta que, em cada uma destas quatro áreas há uma variedade de oportunidades de aprendizagem e socialização.³⁴

Além do supracitado trabalho de investigação, consultámos o *Senior Theatre Resource Center*³⁵, um centro de recursos de teatro sénior, que afirma ser a maior base de dados nesta área. A sua missão é ajudar artistas mais velhos a realizar os seus sonhos teatrais. O *Senior Theatre Resource Center* congrega uma série de recursos que vão desde grupos de teatro sénior, conferências, bibliografia, notícias, até indicações para começar um grupo ou, peças de teatro sénior. O centro tem contribuído para a documentação e difusão do movimento de teatro sénior nos Estados Unidos da América. A sua principal

³³ [the most rapidly growing sector of recreational and vocational theatre in North America and Europe. Like the traditional theatre world, senior theatre now offers every kind of theatre from amateur and therapeutic groups in retirement centers, recreational centers and churches, to interdisciplinary companies, community theatre, college and university theatre and fully professional performance groups]. Woods, A. L. (2007, p.2). Eileen Heckert drama for seniors competition. *Lawrence and Lee Theatre Research Institute*, The Ohio State University. Citado em Kole (2009, p. 4 e 5).

³⁴ Stewart, D. (2004). What is senior theatre? *The Bulletin of the Senior Theatre League of America*, 2(1), 8-9. Citado em ibidem.

³⁵ Em <http://www.seniortheatre.com/>

dinamizadora é Bonnie L. Vorenberg, autora das seguintes considerações, que nos ajudam a caracterizar esta variante teatral:

Grande parte dos grupos de teatro sénior são amadores, embora existam alguns profissionais. Á semelhança dos grupos de teatro comunitário, os participantes vivem geralmente na área onde se realizam as sessões de prática teatral. A maioria dos programas incluem 11 a 20 participantes, que permanecem no grupo de 1 a 3 anos, deixando apenas por doença ou outros compromissos.³⁶ (Vorenberg, 2011, p. 18)

Esta caracterização de Vorenberg conflui com a entrada de Barker (2006) no *The Continuum Companion to Twentieth Century Theatre* ao estabelecer relação direta entre o teatro sénior e o teatro comunitário. Numa publicação anterior, intitulada *Community and Senior Theatre: A Perfect Match*, esta relação torna-se ainda mais evidente:

O teatro sénior e o teatro comunitário têm muitos objetivos em comum. Tanto um como outro são atividades de carácter voluntário que proporcionam desafio e experiência artística. Ambos criam trabalhos dinâmicos com pequenos orçamentos, utilizando um forte *esprit de corps* para desenvolver o entusiasmo.³⁷ (Vorenberg, 2007, p. 16)

Embora estas qualidades tenham sido formuladas com base na experiência teatral com seniores, a partir de uma realidade diferente da nossa, parece-nos que se aplicam e, que se adequam aos grupos de teatro sénior em Portugal. Sabemos que, no nosso país esta terminologia (teatro sénior) também é utilizada, apesar de não conhecermos

³⁶ [Senior Theatres are largely amateur groups though there are a few professional companies. Like community theatres, the participants usually live in the local area and participate in classes and performances. Most programs attract 11-20 actors who stay with the group from 1-3 years, only leaving because of illness or other commitments].

³⁷ [Senior Theatre and community theatre have many of the same goals. Both are volunteer-based activities that provide challenge and an artistic outlet. Both companies create dynamic works with small budgets using a strong *esprit de corps* to build passion].

conceptualizações do termo por autores portugueses, reconhecemos que o desenvolvimento teórico ou as abordagens efetuadas a partir do conhecimento empírico, no que respeita ao teatro com e/ou para a população sénior, ocorrem muitas no contexto do teatro comunitário.

Contudo, «o teatro sénior está a mudar vidas, influenciando a autoperceção e permitindo que os participantes - intérpretes idosos e público - compartilhem lições que aprenderam com as suas experiências de vida» (Kole, 2009, p. 17).

5. Artes e Saúde

A esfera de ação das artes e da saúde³⁸ é multidisciplinar e abrange todo o trabalho realizado através da consecução de práticas artísticas na área da saúde e em contextos comunitários.

Mike White³⁹ (2009) denomina genericamente estas matérias de “artes em saúde comunitária” [*arts in community health*]. Menciona que o pioneirismo destas práticas começou no Reino Unido, no final dos anos oitenta, através de projetos-piloto esporádicos, dedicados ao desenvolvimento das artes locais para a promoção da saúde e aos cuidados primários. Para este autor, as «artes em saúde comunitária são uma área distinta de atividade que opera, principalmente, fora das situações graves de saúde, e é caracterizada pela utilização de artes participativas para promover a saúde» (M. White, 2009, p. 3).

É pertinente observar que, a sua visão não é terapêutica, mas é enraizada numa paixão pela justiça social e numa crença de que todos merecem o melhor que a vida pode dar.⁴⁰ Considera que «há intrínsecas qualidades terapêuticas nas artes (...) mas que há necessidade (...) de olhar para além das formas de arte em si. Pois, se olharmos simplesmente para as artes como uma forma de tratamento, então, podemos muito bem ficar, apenas, pela arte-terapia».⁴¹

Esta observação de Mike White interessa-nos, particularmente, não só porque a compartimos, mas mormente porque esta última questão é para nós um ponto sério de discussão e preocupação, uma vez que, coloca as práticas artísticas numa perspetiva isolada e meramente instrumental. É por isso que consideramos pertinente expor as suas ideias com mais detalhe.

Por exemplo, para este autor a obra *Promoting Health Through Creativity* (Therese Schmid, 2005) é maioritariamente escrita a partir do ponto de vista de arte-

³⁸ São muitos os termos em língua inglesa para denominar este campo. Alguns exemplos: arts for health; arts and health; arts into health; healing arts; arts in health.

³⁹ Mike White foi um investigador do Centro de Humanidades Médicas, na Universidade de Durham. O reconhecimento internacional do seu trabalho tem influenciado a comunidade científica nesta área.

⁴⁰ Matarasso, 2015. Consultado em <http://parliamentofdreams.com/2015/06/05/mike-white/>

⁴¹ Excerto da entrevista a Mike White. (Devlin, 2009, p. 19). *Restoring the Balance, the effect of arts participation on wellbeing and Health*. Voluntary Arts England.

terapeutas em contextos institucionais de saúde, sendo que algumas das suas concepções sobre artes em saúde comunitária, são em sua opinião deslocadas. Vai mais além, dizendo que, a obra comete o erro de afirmar que o bem-estar é uma consequência da criatividade (se fosse uma consequência, porque é que tantos artistas levaram vidas disfuncionais?). No entanto, o que o livro atesta, sendo ponto de partida para o pensamento de White - é que fazer arte é uma necessidade biológica. A este nível, lembra que há uma conexão fundamental para ser explorada entre criatividade e saúde, enquanto expressão patologicamente otimista de sobrevivência.

Ainda neste sentido, White (2009) adverte-nos que a antropologia pode fornecer uma interessante lente para examinar o efeito das atividades artísticas na promoção da saúde da população. Refere que a crítica de arte Ellen Dissanayake argumenta que a arte “centrada na espécie” é um comportamento, uma necessidade biológica, que é disciplinada pela necessidade de fazer aquilo que nos faz sentir bem, dentro do “fazer artístico”. Dissanayake, considera que ritual e arte são um reforço social. Cerimonial esse, que evoluiu enquanto mecanismo de sobrevivência e que une as pessoas. A qualidade distintiva de arte, que a investigadora também cunha de “fazer especial” [making special], é portanto, uma forma de persuasão social, transformando o que é compulsório para a sobrevivência, em desejáveis e significativas preocupações comuns através da evocação de sentimentos profundos.

Provavelmente por tais considerações, a autora de *Homo Aestheticus* diz-nos que «a arte é um comportamento normal e necessário dos seres humanos, que como outras ocupações e preocupações, tais como falar, trabalhar, fazer exercício, jogar, socializar, aprender, amar e cuidar, devem ser reconhecidas, encorajadas e desenvolvidas em todos» (Dissanayake, 1992, p. 225).⁴²

À tangente deste entendimento sobre arte encontramos Elliot Eisner (2004), que muito embora não nos fale sob um ponto de vista antropológico, mas antes sob o da educação artística, assinala várias funções cognitivas que a arte pode desempenhar e que, segundo ele, afetam a consciência. Estas funções relacionam-se com a sensibilidade, a imaginação e a representação.

⁴² [Art is a normal and necessary behavior of human beings that like other common and universal human occupations and preoccupations such as talking, working, exercising, playing, socializing, learning, loving, and caring should be recognized, encouraged, and developed in everyone]

Atentemos que, para Eisner (2004) as artes

refinam os nossos sentidos para que a nossa capacidade de experimentar o mundo seja mais complexa e subtil; estimulam o uso da nossa imaginação (...); oferecem-nos modelos para que possamos experimentar o mundo de outras maneiras; proporcionam-nos materiais e ocasiões para que possamos abordar problemas que dependem de formas de pensamento relacionadas com as artes. Também celebram os aspetos consumados e não instrumentais da experiência humana e proporcionam meios para expressar significados inefáveis, mas que se podem sentir.⁴³

Diante destas abordagens que deixam antever alguns dos contributos das artes para a saúde, será legítimo pensar o que é a saúde, assim como, aquilo que se entende pela sua promoção.

A definição de saúde tem assumido diversas conceções ao longo dos tempos em função dos paradigmas vigentes, mas vejamos que para a instituição que estabelece a maior parte dos cânones nesta matéria, a Organização Mundial de Saúde (OMS), o conceito Saúde - mais do que ausência de doença ou enfermidade, representa uma situação de completo bem-estar físico, psíquico e social.⁴⁴ Inclui também a adequação do sujeito individual ao meio em que está inserido. Desta maneira, mais do que uma condição estática, a saúde resulta duma contínua intenção individual no sentido de gerir a afetividade, evitando atitudes e hábitos nocivos, e vigiando regularmente certos parâmetros clínicos e analíticos. Relativamente à Promoção da Saúde, a OMS sugere um

⁴³ [refinan nuestros sentidos para que nuestra capacidad de experimentar el mundo sea más compleja y sutil; estimulan el uso de nuestra imaginación (...); nos ofrecen modelos para que podamos experimentar el mundo de nuevas maneras; y nos proporcionan materiales y ocasiones para que podamos abordar problemas que dependen de formas de pensamiento relacionadas con las artes. También celebran los aspectos consumativos y no instrumentales de la experiencia humana y proporcionan medios para poder expresar significados inefables pero que se pueden sentir]. Eisner (2004). *El arte y la creación de la mente*. Barcelona: Paidós (p. 38). Citado em Belver (2011, p. 13).

⁴⁴ [Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity]. Preâmbulo da Constituição da Organização Mundial de Saúde, adotado pela Conferência Internacional de Saúde. Nova Iorque, 19 a 22 junho, de 1946; assinado em 22 de julho de 1946 por representantes de 61 Estados (Registros Oficiais da Organização Mundial de Saúde, n.º 2, p.100) e entrou em vigor em 7 de abril de 1948. Consultado em <http://www.who.int/about/definition/en/print.html>.

processo que vise aumentar a capacidade dos indivíduos e das comunidades para controlarem a sua saúde, no sentido de a melhorar. Para atingir um estado de completo bem-estar físico, mental e social, o indivíduo ou o grupo devem estar aptos a identificar e a realizar as suas aspirações, a satisfazer as suas necessidades e a modificar ou adaptar-se ao meio. Assim, a saúde é entendida como um recurso para a vida e não como uma finalidade de vida; A saúde é um conceito positivo, que acentua os recursos sociais e pessoais, bem como as capacidades físicas. Em consequência, a promoção da saúde não é uma responsabilidade exclusiva do setor da saúde, pois exige estilos de vida saudáveis para atingir o bem-estar.⁴⁵

Estas conceptualizações sobre as artes e saúde ajudam-nos a clarear e a tornar cognoscível a convergente relação que pretendemos fazer notar, porque a relação artes e saúde, coloca-nos no eixo dos propósitos desta iniciática investigação.

De acordo com Fancourt & Joss (2015), o campo das artes na investigação em saúde passa atualmente por um florescimento da sua atividade. Manifesta um crescente número de relatórios de pesquisa publicados em revistas que vão das artes à medicina, enfermagem, reabilitação, psicologia, arte-terapia, neurociência, biologia e tecnologia. Assim como, um aumento de conferências internacionais sobre o tema, incluindo a anual *Global Alliance for Arts and Health conference* (EUA), a recente *International Conference for Culture, Health and Wellbeing* (Inglaterra), a *International Arts and Health Conference* na (Austrália), ou a *International Association for Music and Medicine Conference* (Canadá).

Não obstante, o campo das “artes e saúde” (e por conseguinte a discussão académica associada) é assolado por uma série de desafios e intricados bloqueios, que o tornam vulnerável à destituição académica ou, na melhor das hipóteses, à fraca visibilidade (Raw, Lewis, Russell & Macnaughton, 2012). O campo é complexo - arte e

⁴⁵ [Health promotion is the process of enabling people to increase control over, and to improve, their health. To reach a state of complete physical, mental and social well-being, an individual or group must be able to identify and to realize aspirations, to satisfy needs, and to change or cope with the environment. Health is, therefore, seen as a resource for everyday life, not the objective of living. Health is a positive concept emphasizing social and personal resources, as well as physical capacities. Therefore, health promotion is not just the responsibility of the health sector, but goes beyond healthy life-styles to well-being].
Carta de Ottawa para a Promoção da Saúde. 1.^a Conferência Internacional sobre Promoção da Saúde. Ottawa, Canadá, 21 de Novembro de 1986.
Consultado em <http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en/>

saúde revela um setor tão amplo, que mesmo aqueles que estão envolvidos tendem a percebê-lo de formas muito diferentes.⁴⁶

O termo “artes e saúde” pode incluir artistas que exercem a sua atividade em locais tão diferentes como hospitais; escolas; centros comunitários; prisões; espaços rurais ou urbanos; e envolve abordagens que vão desde a arte-terapia ou a articulação clínica, até práticas mais informais e intuitivas, que usam qualquer forma de arte e trabalham no sentido de obter resultados em áreas tão vastas como a saúde, a estética ou a área social. O trabalho pode ser individual ou em grupo, ou eventualmente não envolver participantes.⁴⁷

A agência nacional para o desenvolvimento das artes em Inglaterra, o Arts Council England, goza de uma reputação de excelência global na interseção das artes e da saúde, influenciando a política e a prática destas em todo o mundo. Este Conselho tem promovido (com sucesso) o benefício das artes para melhorar o bem-estar, a saúde e os cuidados de saúde, apoiando a utilização das artes no serviço nacional de saúde. No seu documento estratégico *The arts, health and wellbeing* define “artes e saúde” da seguinte maneira:

atividades baseadas nas artes que visam melhorar a saúde individual e comunitária, assim como os cuidados de saúde, e que reforçam o ambiente dos cuidados de saúde através de trabalho artístico ou performances. (Arts Council England, 2007)

É importante referir que a fonte desta descrição se encontra no trabalho de Tom Smith (2003) que, por sua vez, apresenta uma orientação multifacetada tanto para a filosofia, como para a prática das artes e da saúde, a qual podemos observar através do seguinte diagrama:

⁴⁶ Clift et al. (2009). Putland (2008). White (2009). Citado em Raw et al. (2012).

⁴⁷ Badham (2010). Putland (2008). Smith (2003). Citado em ibidem.

Key dimensions of arts/health

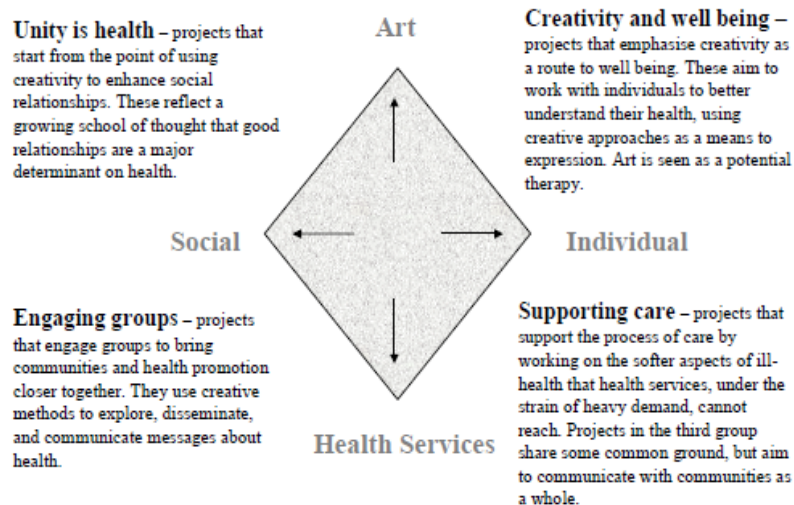


Diagrama 1 - 1.1 Dimensões chave das artes/saúde

As abordagens em direção ao topo do diamante refletem uma ênfase criativa, enquanto que na parte inferior focam as questões mais relacionadas com a saúde. À esquerda o foco da saúde é social e à direita mais individual. O termo artes/saúde está associado ao esforço para ampliar e aprofundar as concepções de saúde e a formulações, em que esta seja melhorada (Smith, 2003, p. 2).

Different approaches and their impact

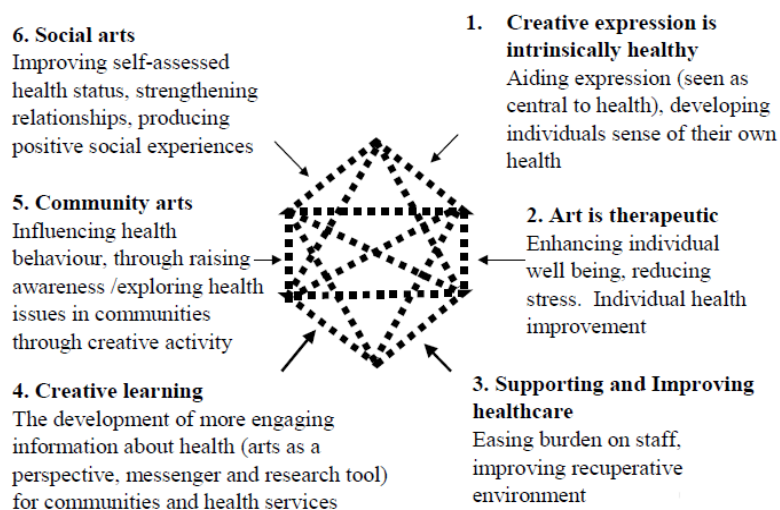


Diagrama 2 - 1.2 Artes/Saúde - Diferentes abordagens e o seu impacto

Este último diagrama ilustra as diferentes abordagens e o impacto das mesmas no campo das artes e da saúde. Smith (2003, p. 3) tem desenvolvido a análise destas matérias com recurso ao desdobramento da figura do diamante, no intuito de demonstrar a existência de diferentes *clusters* de atividade e as suas dimensões. Mostrando que o impacto varia em cada uma das seis abordagens identificadas: (1) a expressão criativa é intrinsecamente saudável; (2) a arte é terapêutica; (3) apoio e melhoria nos cuidados de saúde; (4) aprendizagem criativa; (5) arte comunitária; (6) arte social.

Ainda através da mencionada agência nacional para o desenvolvimento das artes em Inglaterra (Arts Council England) encontrámos o interessante trabalho da *The National Alliance for Arts, Health & Wellbeing*, criada em 2012, com o principal objetivo de demonstrar, claramente, o papel que a criatividade pode desempenhar na saúde e no bem-estar. Nesse sentido, esta organização desenvolveu a *Charter for Arts, Health and Wellbeing* [Carta para as Artes, Saúde e Bem-estar] onde expõe importantes observações sobre o campo:

As artes no contexto da saúde utilizam diversas e dinâmicas disciplinas numa variedade de cuidados de saúde em contextos comunitários para fins expressivos, reabilitativos, educacionais e terapêuticos. Algumas no sentido da prevenção, outras para ajudar no processo de recuperação, outras ainda para melhorar a qualidade de vida das pessoas, a longo prazo ou em condições terminais. As artes criativas contribuem para dar sentido à nossa condição humana, abrem espaço ao coração e à escuta da alma. Encorajam o envolvimento ativo com o mundo em redor, ajudam pessoas na aprendizagem contínua e a estabelecer conexões entre elas, contribuindo assim para as suas comunidades.⁴⁸ (Jackson, 2012)

⁴⁸ Arts in health (...) are using diverse and dynamic disciplines in a variety of health care and community settings for expressive, restorative, educational and therapeutic purposes. Some work preventively, some enhance recovery, others improve the quality of life for people with long-term or terminal conditions. The creative arts help make sense of our human condition, making room for the heart and soul to be heard. They encourage active engagement with the world around us, help people to keep learning, connect with each other and contribute to their communities.

Nos EUA, a conceituada Arts & Health Alliance diz-nos que,

artes e saúde é um campo diversificado e multidisciplinar dedicado a transformar a saúde e a cura, através da conexão das pessoas com a prática artística em momentos-chave das suas vidas. Este campo integra a literatura, as artes cênicas e as artes visuais - concebidas numa variedade de configurações de cuidados de saúde e contextos comunitários com fins terapêuticos, educacionais e expressivos.⁴⁹

A Arts & Health Alliance estabelece cinco pontos centrais que integram a área das “artes e saúde”: (1) educação; (2) cuidados para cuidadores; (3) assistência aos pacientes; (4) ambientes de cura; (5) comunidade e bem-estar. Pensamos que no nosso caso, vale a pena atentar sobre esta última - comunidade e bem-estar, pelo declarado interesse que temos relativamente às artes comunitárias e aos benefícios que daí advêm. Observemos que,

“artes e saúde” beneficiam as comunidades mediante o envolvimento das pessoas em atividades orientadas para a prevenção e para o bem-estar. As artes têm efeitos positivos na qualidade de vida e demonstram promover benefícios mentais, físicos e sociais. Incluindo um maior conhecimento relativamente à saúde, menos visitas ao médico, redução do uso de medicamentos, diminuição da ansiedade e da depressão, melhoria das capacidades de memória e de socialização, e o aumento dos níveis de independência numa variedade de populações e contextos, das zonas rurais às urbanas.⁵⁰

Destacamos ainda, a notoriedade internacional da Austrália na área das artes e da saúde, através da *Arts and Health Foudation* que, descreve este domínio como: «criação de arte e experiências culturais para melhorar a saúde e o bem-estar».⁵¹ Esta Fundação

⁴⁹ Acedido em <https://www.artsandhealthalliance.org/>

⁵⁰ *ibidem*

⁵¹ Adaptado de Putland, C. (2010). *Overview of arts and health field*. Presentation developed for Arts and Health Roundtable, South Australia. Citado em Tasmanian Government - Department of Health and Human Services (2012).

para as Artes e Saúde também menciona que (de acordo com o desenvolvimento do campo na Austrália), os termos “artes e saúde”, “artes em saúde”, “artes para a saúde” e mais recentemente “artes, saúde e bem-estar” têm sido usados para descrever o mesmo conceito.

Portanto, entendemos que, apesar das diferentes terminologias (até no mesmo país) há também interesse e diversas evidências nesta área a nível internacional. Considerando que, três organizações situadas em continentes distintos apostam na promoção e no desenvolvimento do estudo das artes e da saúde, além disso, divulgam os seus contributos.

Em jeito de síntese, enumeramos abaixo alguns desses contributos. Vejamos, assim, que as atividades que envolvem “artes e saúde”, podem:

- . Promover a boa saúde e o bem-estar das comunidades;
- . Promover mensagens positivas de saúde e aspetos de saúde pública;
- . Identificar necessidades de saúde e de bem-estar;
- . Melhorar o estado de saúde a nível mental, emocional e espiritual;
- . Criar ou melhorar o ambiente nos serviços de saúde;
- . Ajudar a melhorar as opções na área da saúde;
- . Ajudar a equipa médica, cuidadores, pacientes e famílias a comunicar de forma mais eficaz, através da oferta de oportunidades para a interação social, envolvimento e capacitação.⁵²

Esta abordagem pode aplicar-se a variadas práticas artísticas, pode ocorrer em diferentes locais, assim como pode ser dinamizada individualmente ou em grupo. No que respeita, à prática teatral com pessoas mais velhas, sendo este, o grupo etário que nos interessa e aquela a atividade artística em causa, adiantamos que temos conhecimento de estudos académicos que documentam benefícios para a saúde em atividades dramáticas com grupos seniores. Porém, considerámos mais pertinente desenvolver estes aspetos, articulando as suas especificidades com os resultados da presente investigação, a partir do ponto 4, do Capítulo 3.

⁵² Arts Council England (2007).

Capítulo 2 - ESTRATÉGIA E PROCESSO DE INVESTIGAÇÃO

1. Objetivos de Investigação

Em termos gerais os objetivos de investigação centram-se na compreensão da relação entre duas áreas de conhecimento - o teatro e o envelhecimento. Colocando em foco, a prática da atividade teatral enquanto proposta estratégica de intervenção em gerontologia social. De modo mais particular, é intenção deste trabalho de investigação identificar os potenciais contributos e/ou benefícios do teatro no processo de envelhecimento, quer através da incursão pelo emergente campo das “artes e saúde”, quer por meio da consideração de diversos conceitos de envelhecimento positivo.

2. Estratégia e Processo de Investigação

A estratégia de investigação assenta sob a metodologia qualitativa, que pressupõe um modelo fenomenológico no qual a realidade é enraizada nas perceções dos sujeitos; o objetivo é compreender e encontrar significados através de narrativas verbais e de observações (Bento, 2012). A opção pelo paradigma qualitativo deve-se ao facto deste trabalho visar a compreensão da realidade de um grupo de pessoas que integrou um projeto de teatro sénior. Pareceu-nos adequado, sobretudo, porque este modelo inclui aquilo que os participantes dizem, as suas experiências, atitudes, crenças, pensamentos e reflexões, tal e como são expressadas pelos mesmos (Pérez Serrano, 2007). Para além disso, privilegia duas componentes que consideramos vitais para o estudo de um grupo de idosos que se predispõe à prática teatral - o processo e o significado (Bogdan & Biklen, 1994). A investigação qualitativa procura as complexas inter-relações que acontecem na vida real e, consequentemente segue a lógica da construção do conhecimento (Meirinhos & Osório, 2010). Outra característica que a distingue é o facto de direccionar os aspetos da investigação para casos ou fenómenos em que as condições contextuais não se conhecem ou não se controlam (Stake, 2007).

Iniciámos o processo de investigação a partir de uma exploração das iniciativas de teatro com idosos na região do Algarve, de modo a adquirir um conhecimento mais preciso sobre as práticas em curso. Verificámos que, salvo uma exceção, os projetos mais consistentes eram promovidos ou apoiados pelos municípios. A nossa intenção foi

acompanhar este tipo de trabalho, por um lado num concelho com uma taxa significativa de pessoas consideradas idosas e por outro ter a possibilidade de o fazer desde a sua fase inicial, ou seja, a partir da implementação do projeto, porque seria mais fácil (ou menos intrusivo) o acesso ao grupo, o que nos permitiria o aprofundamento das nossas questões.

Após algumas abordagens, estabelecemos contacto efetivo com o município de Silves⁵³, que iniciara o Projeto de Teatro Sénior em janeiro de 2014. O projeto destinava-se a quatro grupos seniores, constituídos simultaneamente em quatro freguesias do concelho, nomeadamente: Silves; São Bartolomeu de Messines; Tunes e Armação de Pêra. Apresentámos, assim, solicitação de apoio/colaboração para o nosso projeto de investigação⁵⁴ ao executivo da Câmara Municipal de Silves (CMS), que nos conduziu à equipa técnica do projeto, liderada por técnicos da ação social e da cultura deste município. O trabalho de investigação foi muito bem acolhido e passado cerca de um mês do primeiro contacto, começámos o trabalho de campo com o grupo constituído na freguesia de Silves, que adiante designamos como Grupo de Teatro Sénior de Silves (GTSS).

Esse trabalho foi inaugurado com um encontro que contemplou a minha apresentação ao grupo e vice-versa e, obviamente visou o enquadramento da investigação que tencionávamos levar a cabo. Realizou-se no mês de abril de 2014, nas instalações da Biblioteca Municipal de Silves, um dos locais de ensaio. Deste primeiro encontro resultou um plano de sessões de acompanhamento e apoio à prática teatral, devidamente articulado entre a responsável da investigação e a equipa de coordenação do “Projeto de Teatro Sénior”. O plano de trabalho teve como objetivo o acompanhamento regular (1x por semana) do grupo nos ensaios e decorreu nos meses de maio e junho de 2014, resultando num total de 10 sessões, com duração de aproximadamente 2h30m. As sessões decorreram na sala polivalente da Biblioteca Municipal de Silves e no palco do Teatro Mascarenhas Gregório. Para além de acompanharmos o processo criativo, participámos na sessão dedicada ao ensaio geral e estivemos presentes nas duas apresentações do primeiro espetáculo. Posteriormente, seguimos o resultado do trabalho do grupo sénior na segunda edição (2015) do Projeto de Teatro Sénior. Ademais, verificámos já perto do término do nosso estudo, que está em curso uma terceira edição (2016) do projeto, onde

⁵³ ANEXO 1 - Fase inicial de contactos com o Município de Silves

⁵⁴ ANEXO 2 - Solicitação de Apoio para Projeto de Investigação na área da Gerontologia Social

o Grupo de Teatro Sênior de Silves teve a oportunidade de continuar a apresentar a sua segunda criação teatral em diversos locais da comunidade.

A síntese cronológica deste processo encontra-se nos ANEXOS 3 e 4.

2.1 Estudo de Caso

O método de investigação selecionado é o estudo de caso, por se tratar de uma abordagem metodológica adequada quando o que visamos é compreender, explorar ou descrever acontecimentos e contextos complexos, nos quais estão simultaneamente envolvidos diversos factores. Para Robert K. Yin (2001), um dos influentes autores nesta matéria, o estudo de caso «é uma investigação empírica que investiga um fenómeno contemporâneo dentro do seu contexto de vida real, especialmente quando os limites e o contexto não estão claramente definidos» (p. 32).

Desta maneira, como selecionamos um determinado grupo (Grupo de Teatro Sênior de Silves) inserido num certo contexto (Projeto de Teatro Sênior, promovido pela Câmara Municipal de Silves) e quisemos acompanhar a sua experiência em relação ao seu fazer teatral, conjecturamos que este seria o método indicado. Não apenas por visar conhecer uma entidade bem definida, mas também porque o seu «objetivo é compreender em profundidade o “como” e os “porquês” dessa entidade, evidenciando a sua identidade e características próprias» (Ponte, 2006, p. 2), principalmente nos pontos que nos são caros. E à semelhança do que pretendíamos com o grupo de teatro sênior, o estudo de caso «debruça-se deliberadamente sobre uma situação específica que se supõe ser única ou especial, pelo menos em certos aspetos, procurando descobrir o que há nela de mais essencial e característico e, desse modo, contribuir para a compreensão global de um certo fenómeno de interesse» (ibidem). Na escolha do nosso “caso” ponderámos critérios que envolveram tanto a singularidade do grupo, como a sua situação complexa e/ou intrigante. Muito embora reconheçamos a divergência entre autores (Robert Stake, 2007; Robert Yin, 2001) no que respeita à caracterização e à possibilidade de generalização dos estudos de caso, tivemos em conta um critério que ambos parecem estar de acordo. Que é no caso de Stake, a pertinência de focalizar um fenómeno original, tratando-o como um sistema delimitado cujas partes são integradas, e para Yin, um fenómeno pouco investigado,

levando à identificação de categorias de observação ou à geração de hipóteses para estudos posteriores (Alves-Mazzotti, 2006).

3. Métodos de Recolha Dados

No processo de recolha de dados, o estudo de caso recorre a várias técnicas próprias da investigação qualitativa (Araújo et al. 2008). A utilização de diferentes instrumentos constitui uma forma de obtenção de dados de diferentes tipos, a qual proporciona a possibilidade de cruzamento de informação (Brunheira, 2002). Assim, procedemos à utilização de diversos recursos, que passamos a identificar.

3.1 Inquérito por Questionário

O questionário não é uma das técnicas mais representativas da investigação qualitativa, sendo a sua utilização muito mais associada à investigação quantitativa. Porém, enquanto técnica de recolha de dados, o questionário pode prestar um importante serviço à investigação qualitativa (Meirinhos & Osório, 2010).

O inquérito por questionário

consiste em colocar a um conjunto de inquiridos, geralmente representativo de uma população, uma série de perguntas relativas à sua situação social, profissional ou familiar, às suas opiniões, à sua atitude em relação a opções ou a questões humanas e sociais, às suas expectativas, ao seu nível de conhecimentos ou de consciência de um acontecimento ou de um problema, ou ainda sobre qualquer outro ponto que interesse os investigadores. (Quivy & Campenhoudt, 2013, p. 188)

Os mesmos autores, dizem que o questionário é especialmente adequado para o conhecimento de uma população enquanto tal: as suas condições e modos de vida, os seus comportamentos, os seus valores ou as suas opiniões (p. 189).

Nas primeiras sessões de acesso ao campo de investigação, dirigimos o processo para a identificação e caracterização dos indivíduos que constituíram o nosso contexto. Assim, utilizámos este método através da aplicação de dois questionários que procuraram caracterizar o grupo a dois níveis. O primeiro com vista à sua caracterização sociodemográfica⁵⁵ e o segundo perscrutou aspetos socioculturais, incidindo especialmente na experiência do grupo em relação à prática teatral⁵⁶. Os dois questionários foram administrados diretamente, tendo sido necessário prestar apoio a alguns dos inquiridos. O preenchimento dos questionários realizou-se numa das primeiras sessões de acompanhamento do grupo, numa das salas disponibilizadas pela Biblioteca Municipal de Silves. A análise destes dados foi efetuada com recurso ao programa SPSS, servindo de fonte para a caracterização dos participantes, que desenvolvemos no ponto 3.1, do Capítulo 3.

3.2 Observação Participante

A observação participante é um método interativo de recolha de informação que requer uma implicação do investigador nos acontecimentos e fenómenos que está a observar (Rodríguez et al, 1999). Este é um dos pontos fundamentais deste método, a integração do investigador no campo de observação, o que lhe permite observar a partir da perspetiva de um ou mais membros participantes, porém, correndo o risco de influenciar o que observa devido à sua participação. Mas de acordo com Yin (2001), este é um método especial de observação, em que o investigador não é meramente um observador passivo, podendo assumir uma variedade de papéis no estudo de caso e até participar nos acontecimentos estudados. No nosso estudo de caso aplicámos este método durante as sessões de acompanhamento e apoio à prática teatral, onde seguimos o processo criativo do grupo. Este período de sessões foi dirigido por mim (autora do presente estudo), onde desenvolvi exercícios associados à prática teatral e colaborei na montagem de cenas relativas ao primeiro espetáculo do Grupo de Teatro Sénior de Silves.

⁵⁵ ANEXO 5 - Modelo do Questionário - Caracterização Sociodemográfica

⁵⁶ ANEXO 6 - Modelo do Questionário - Caracterização Sociocultural | Prática Teatral

3.3 Observação Direta e Indireta

Quivy & Campenhoudt (2013) referem que os métodos de observação direta permitem apreender os comportamentos no momento em que eles se produzem em si mesmos, sem mediação de um documento ou de um testemunho (p. 196). Os mesmos autores notam que as principais vantagens do método são: a apreensão dos comportamentos e dos acontecimentos no próprio momento em que se produzem; a recolha de um material de análise não suscitado pelo investigador e, portanto, relativamente espontâneo; a autenticidade relativa dos acontecimentos em comparação com as palavras e com os escritos (p. 199). Na observação direta, o investigador acede diretamente à informação que recolhe, apelando ao seu sentido de observação e registando a informação diretamente da fonte. Na observação indireta, esta não é recolhida diretamente, sendo, portanto, menos objetiva (ibidem, p.164).

3.4 Grupo de Discussão (*Focus Group*)

O grupo de discussão, denominado também como *focus group*, é uma técnica que visa a recolha de dados que pode ser utilizada em diferentes momentos do processo de investigação (Silva, Veloso, & Keating, 2014). Tem como objetivo a recolha de dados qualitativos sobre um tema específico, a partir de um pequeno grupo de pessoas com algum tipo de semelhança, considerada relevante para o tema em discussão. Privilegia a observação, assim como o registo de experiências dos participantes e quando comparado a outras técnicas e/ou métodos, favorece uma multiplicidade de visões e reações emocionais no contexto do grupo (Galego & Gomes, 2005).

A abordagem de David L. Morgan (1996) define os grupos de discussão como uma técnica de investigação que recolhe dados através da interação do grupo sobre um determinado tema definido pelo investigador. Na sua essência é o interesse do investigador que estabelece o foco, enquanto que os dados em si mesmos surgem da interação do grupo. Esta definição inclui três componentes essenciais: afirma claramente que os grupos de discussão são um método de investigação dedicado à recolha de dados; situa a interação do grupo como a fonte de dados e, reconhece o papel ativo do

investigador na dinamização do grupo de discussão para os efeitos da recolha de dados. Salientando o importante papel do investigador/moderador, impõe-se a necessidade de rever os seus principais desafios e, muito embora para o efeito nos socorramos dos longínquos conselhos mencionados por Merton et al (1956)⁵⁷, estes parecem-nos atuais e pertinentes. São eles: impedir que os participantes individualmente ou em grupos parciais dominem a entrevista; motivar os membros mais reservados a participar na entrevista e a dar as suas opiniões, tentando obter respostas de todo grupo para abranger o tema o mais possível; equilibrar a sua conduta entre conduzir (diretivamente) o grupo e moderá-lo (não diretamente).

Os grupos de discussão são utilizados e funcionam particularmente bem para explorar perceções, sentimentos, para pensar sobre questões, ideias, produtos, serviços ou oportunidades (Krueger & Casey, 2014). De acordo com os autores, estas categorias não têm a intenção de ser mutuamente exclusivas ou completamente inclusivas, em vez disso, constituem uma forma de pensar nas diferentes utilizações do *focus group*.

Durante o nosso trabalho de investigação realizámos dois grupos de discussão em dois momentos distintos do processo. O primeiro, denominado Grupo de Discussão 1⁵⁸, decorreu alguns meses após a apresentação do primeiro espetáculo (Gregório Mascarenhas, a Menina Juventina e o Marreco) do grupo, aquando da primeira edição do Projeto de Teatro Sénior (2014), numa sessão organizada com o apoio dos técnicos de ação social e cultura do município. A sessão reuniu 13 (treze) participantes do grupo de teatro sénior e realizou-se no Teatro Mascarenhas Gregório, em Silves, não obstante, integrou no início, a visualização do registo de vídeo do espetáculo. O segundo, denominado Grupo de Discussão 2⁵⁹, decorreu já na segunda edição do Projeto de Teatro Sénior (2015), no dia seguinte à estreia do segundo espetáculo (A Escola do outro Tempo) do Grupo de Teatro Sénior de Silves, incluiu 12 (doze) participantes e teve lugar no mesmo espaço cultural que o anterior. Ambos foram registados em formato audiovisual e podem ser consultados excertos nos ANEXOS 9 e 10.

⁵⁷ Em Flick (2007, p. 127).

⁵⁸ ANEXO 7 - Guião do Grupo de Discussão 1

⁵⁹ ANEXO 8 - Guião do Grupo de Discussão 2

3.5 Entrevista Semidiretiva

A entrevista é um ótimo instrumento para captar a diversidade de descrições e interpretações que as pessoas têm sobre a realidade (Meirinhos & Osório, 2010). Na perspectiva de Stake (2007), o investigador qualitativo encontra na entrevista, um instrumento adequado para captar essas realidades múltiplas. As entrevistas, segundo as conceptualizações de Yin (2001) são fontes essenciais de informação para o estudo de caso e para Bell (2008) a sua grande vantagem é a adaptabilidade. Podem assumir diversas formas, mas no estudo de caso é muito comum que estas assumam uma condução mais espontânea. No presente trabalho optámos por uma das suas variantes, a entrevista semidiretiva ou semidirigida, porventura a mais utilizada em investigação social (Quivy & Campenhoudt, 2013). Denomina-se semidiretiva porque «não é inteiramente aberta nem encaminhada por um grande número de perguntas precisas» (ibidem). Estes autores referem ainda que neste tipo de entrevista «geralmente o investigador dispõe de uma série de perguntas-guias, relativamente abertas, a propósito das quais é imperativo receber informação da parte do entrevistado» (ibid), não havendo necessidade de as colocar pela ordem prevista, o que permitirá ao entrevistado discorrer pela ordem que mais lhe convier.

De modo a comparar e/ou complementar a informação que recolhemos através do grupo sénior, utilizámos a entrevista semidiretiva para recolher dados junto da equipa de implementação, coordenação e dinamização do Projeto de Teatro Sénior. Seleccionámos 3 (três) participantes, 2 (dois) pelo seu grau de envolvimento (técnicos do setor de ação social e cultura da CMS) e 1 (um) pelo grau de responsabilidade (vereadora do município). As primeiras duas entrevistas decorreram no mesmo dia, no foyer do Teatro Mascarenhas Gregório. A terceira e última decorreu uma semana depois no gabinete de apoio à presidência (Paços do Concelho, Câmara Municipal de Silves). As três entrevistas⁶⁰ foram realizadas individualmente, entre a primeira e a segunda edição do Projeto de Teatro Sénior, registadas em formato audiovisual e designadas: Entrevista Individual 1; Entrevista Individual 2; Entrevista Individual 3. Disponibilizamos excertos das mesmas nos ANEXOS 12, 13 e 14, respetivamente.

⁶⁰ ANEXO 11 - Guião das Entrevistas Individuais

4. Métodos de Análise de Dados

A análise de dados é um processo complexo de avanços e retrocessos que implica a formação de sentido e/ou significado, através da articulação dialética entre a fundamentação teórica e os dados obtidos, constituindo a constatação do estudo. Bogdan & Biklen (1994) explicam-nos sinteticamente que é um processo de busca e de organização sistemática dos materiais que foram sendo coligidos, com o objetivo de aumentar a compreensão desses mesmos materiais, de forma a apresentar o que se encontrou. Após a recolha de dados, a fase seguinte de uma investigação é a análise e a interpretação. E embora estes dois processos sejam conceptualmente distintos, aparecem sempre interligados.

A análise tem como objetivo organizar e sumariar os dados de tal forma que possibilitem o fornecimento de respostas ao problema proposto para a investigação. Já a interpretação tem como objetivo a procura do sentido mais amplo das respostas, que é feito mediante a ligação a outros conhecimentos anteriormente obtidos (Gil, 2008, p. 156).

A maior parte dos métodos de análise das informações dependem de uma de duas grandes categorias: a análise estatística dos dados e a análise de conteúdo (Quivy & Campenhoudt, 2013). Embora nos tenhamos detido essencialmente na análise de conteúdo, devido ao interesse da informação obtida no conjunto de comunicações dos participantes, considerámos, naturalmente, o cruzamento desta com outras fontes, chegando assim à triangulação de dados, «uma das técnicas mais comuns da metodologia qualitativa (Aires, 2011, p. 55)».

A triangulação contempla a utilização de diferentes métodos ou fontes de informação mediante o referido paradigma, a fim de desenvolver a compreensão do fenómeno (Patton, 1999)⁶¹. «O seu princípio consiste em recolher e analisar os dados a partir de diferentes perspetivas para os contratar e interpretar» (Aires, 2011, p. 55). A triangulação também tem sido considerada, enquanto estratégia de investigação qualitativa, para testar a validade através da convergência de informação de diversas fontes (Carter, Bryant-Lukosius, DiCenso, Blythe, & Neville, 2014).

⁶¹ Patton, M.Q. (1999). Enhancing the quality and credibility of qualitative analysis. *Health Sciences Research*, 34, 1189–1208. Citado em Carter, Bryant-Lukosius, DiCenso, Blythe, & Neville (2014).

4.1 Análise de Conteúdo

No presente trabalho adotámos como principal método, a análise de conteúdo, que é na verdade «um conjunto de técnicas de análise das comunicações» (Bardin, 2014, p. 33).

Laurence Bardin refere em definitivo que, o terreno, o funcionamento e o objetivo da análise de conteúdo, podem designar-se como:

um conjunto de técnicas de análise das comunicações visando obter por procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens indicadores (quantitativos ou não) que permitam a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção/recepção (variáveis inferidas) destas mensagens. (Bardin, 2014, p. 44)

Podemos considerar que a organização da análise ocorre em três fases: (a) pré-analise; (b) exploração do material; (c) tratamento dos dados, inferência e interpretação (ibidem).

Neste estudo de caso, após o registo audiovisual do material (grupos de discussão e entrevistas individuais), organizámo-lo e transcrevemo-lo na íntegra. As transcrições dos Grupos de Discussão 1 e 2 encontram-se disponíveis nos ANEXOS 15 e 16. As transcrições das Entrevistas Individuais nos ANEXOS 17, 18 e 19.

Na fase posterior a este moroso trabalho iniciámos as operações de codificação, decomposição e enumeração do material transcrito, a maioria destes procedimentos deu-se em redor de um processo de categorização. Portanto, concebemos um quadro de categorias para cada um dos grupos de discussão, pelo facto de corresponderem a períodos diferentes da experiência (ANEXOS 20 e 21). E um quadro de categorias que integrou a informação das três entrevistas individuais (ANEXO 22).

Esta operação de classificação dos elementos constitutivos do conjunto implicou por um lado, a consideração da revisão da literatura, articulada com os nossos objetivos de investigação e por outro, a consideração da informação em si mesma (facultada pelos participantes).

Este processo dinâmico resultou na inferência de conhecimentos que nos possibilitaram a organização das narrativas e mais tarde, a interpretação das mesmas à luz de material teórico que sustentasse os nossos resultados.

Capítulo 3 – O PROJETO DE TEATRO SÉNIOR

(...) muitos anos de investigação dedicados ao processo de representação, levaram-nos a acreditar que, a representação (acting) integra uma combinação única de aspetos que se encontram numa série de estudos sobre envelhecimento bem-sucedido. É novo, exigente, agradável, multimodal/multifatorial e estimulante a nível físico e mental.

(...) Não temos conhecimento de outra atividade de lazer que englobe tantos aspetos de forma tão concentrada.

Noice & Noice (2008)

1. O Contexto - Concelho de Silves

1.1 Enquadramento Geográfico

O concelho de Silves localiza-se na região do Algarve, sudoeste de Portugal, abrangendo uma área total de 680 Km². A Norte faz fronteira com os concelhos alentejanos de Odemira, Ourique e Almodôvar, a Este com Loulé e Albufeira, a Oeste com Lagoa, Portimão e Monchique. A Sul junta-se ao Oceano Atlântico.⁶² É um concelho extenso que se desenvolve ao longo da serra, do barrocal e do litoral algarvio.

Atualmente é composto por seis freguesias: São Marcos da Serra; Silves; São Bartolomeu de Messines; Tunes e Algoz; Alcantarilha e Pêra, e Armação de Pêra.

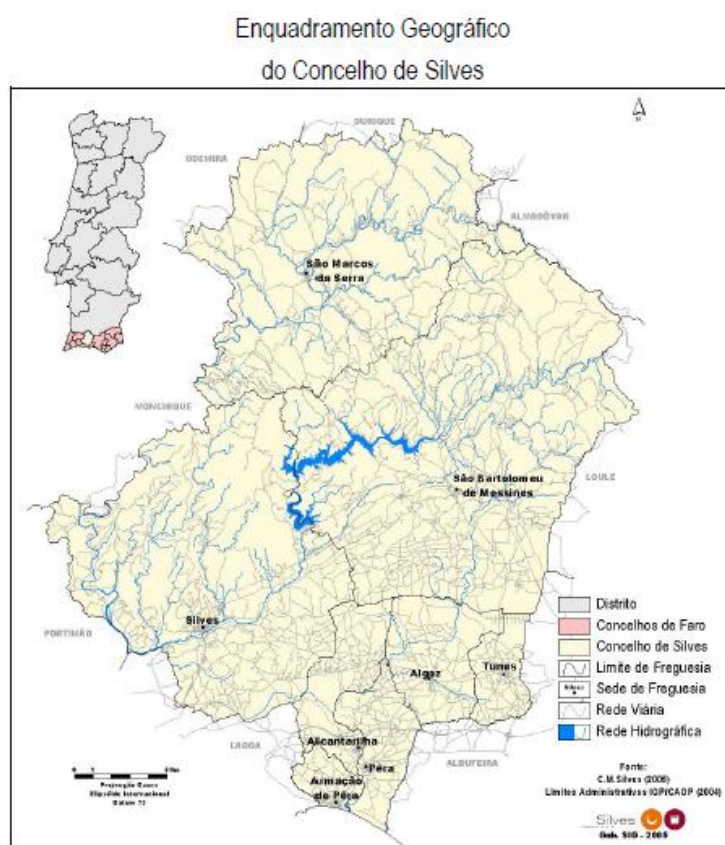


Figura 1 - 3.1 Enquadramento Geográfico do Concelho de Silves

⁶² PEDS - Plano Estratégico de Desenvolvimento de Silves (2009).
Consultado em <http://www.cm-silves.pt/>

1.2 População e Envelhecimento

De acordo com as estimativas anuais de 2014, a população residente no município de Silves é de 36.599 indivíduos⁶³.

Uma das problemáticas estruturais que mais afeta o município, a par da desertificação e da sazonalidade, é o envelhecimento da sua população.

Tendo em conta as supracitadas estimativas, o município de Silves apresenta um índice de envelhecimento superior ao índice de envelhecimento da região onde se localiza – 163% para 133,7%, respetivamente.

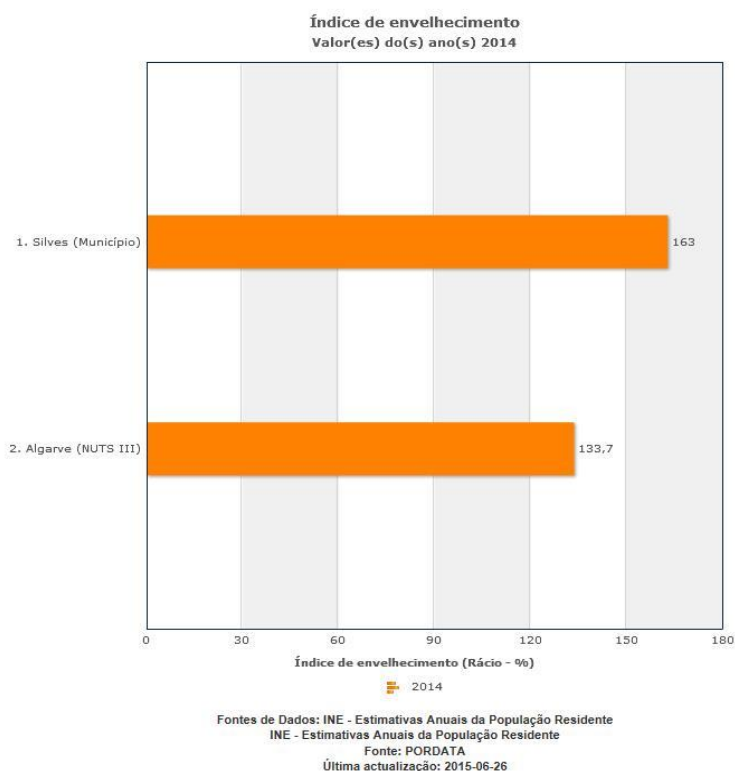


Gráfico 1 - 3.1 Índice de Envelhecimento - Silves/Algarve

⁶³ INE – Instituto Nacional de Estatística; PORDATA.

Da população residente nos dezasseis municípios da região do Algarve, Silves é o sétimo município com o índice de envelhecimento mais elevado.

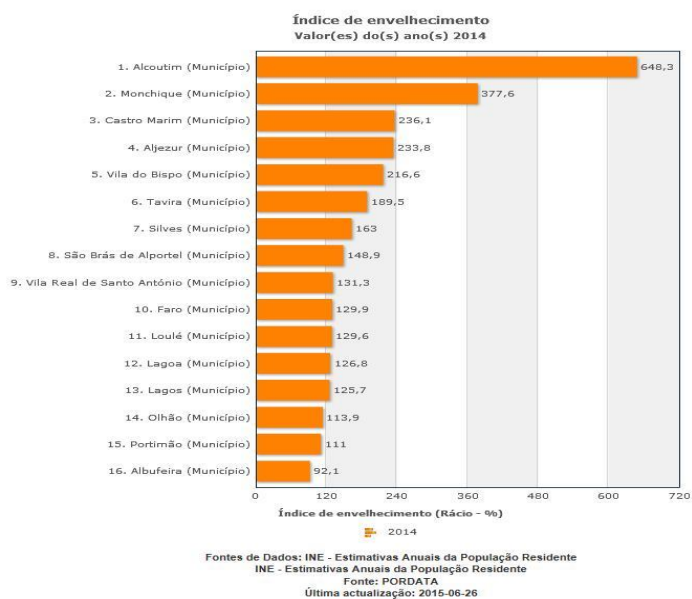


Gráfico 2 - 3.2 Índice de Envelhecimento – Municípios do Algarve

O gráfico abaixo ilustra a população residente no seu total e por grandes grupos etários, revelando que a faixa etária mais jovem (dos 0 aos 14 anos de idade) é inferior (5198) relativamente ao número de indivíduos com mais de sessenta e cinco anos (8471).

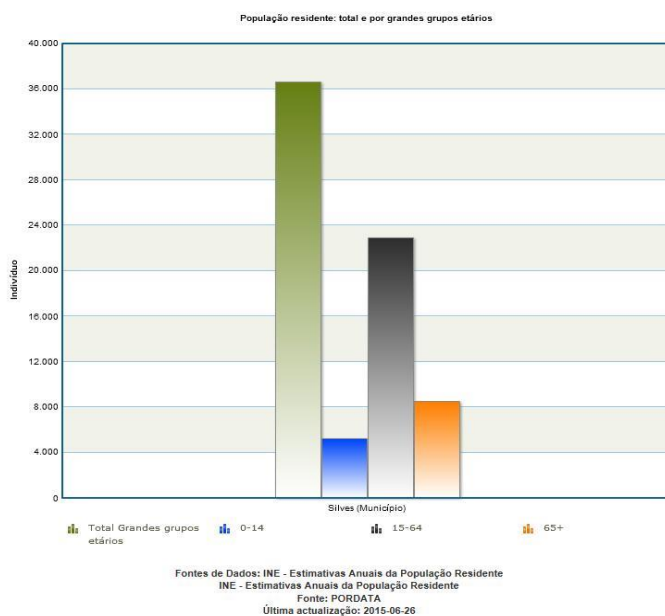


Gráfico 3 - 3.3 População Residente - total e por grandes grupos etários (Silves)

Estes dados são extremamente importantes para a caracterização do envelhecimento da população no concelho, e para além disso, estão em conformidade com as informações que consultámos no Diagnóstico Social (Rede Social do Concelho de Silves). O documento menciona que

a evolução da estrutura etária da população do concelho na última década tem manifestado uma tendência progressiva para o envelhecimento e simultaneamente para a diminuição do número de jovens – duplo envelhecimento – denunciando um claro domínio da população com mais de 65 anos, face à de 15 ou menos anos.⁶⁴

O mesmo diagnóstico, comenta também que a tendência do duplo envelhecimento abrange todo o concelho de Silves e resulta da fraca taxa de natalidade e do aumento da esperança média de vida, pela melhoria dos cuidados de saúde e do desenvolvimento tecnológico. Sublinhando que a «manter-se a tendência de duplo envelhecimento, adivinha-se a médio prazo a diminuição do número de ativos e consequentemente, da produtividade, dinamismo e competitividade da economia local».⁶⁵

Através da articulação das informações do INE, PORDATA e Diagnóstico Social, tomamos conhecimento das prováveis consequências, que o progressivo aumento do envelhecimento da população pode significar. Desta maneira, consideramos urgente, tanto a implementação de estratégias que contribuam para a inversão da referida tendência, como o desenvolvimento de respostas inovadoras que sirvam de forma eficiente as pessoas mais velhas do concelho de Silves.

⁶⁴ Diagnóstico Social da Rede Social do Conselho de Silves (2011). Conselho Local de Acção Social. Câmara Municipal de Silves.

⁶⁵ *ibidem*.

2. O Projeto de Teatro Sénior

A ideia de promover uma atividade teatral foi sugerida por elementos dos grupos seniores, que já participavam noutras iniciativas dos Pólos de Educação ao Longo da Vida da Câmara Municipal de Silves (CMS). O manifesto interesse dos seniores pelo teatro levou o setor de ação social, em articulação com o setor de cultura a lançar a oficina “Da Palavra ao Palco” em janeiro de 2014. A oficina teve como primeiro objetivo aproximar as pessoas da palavra, da leitura e da escrita, contemplando a possibilidade de pisar o palco à medida das competências e da motivação dos participantes. O primeiro desafio consistiu na utilização da palavra, por meio de exercícios que permitissem a criação de poemas, histórias de vida ou até receitas de culinária.

Esta iniciativa, concebida e implementada pelos técnicos do setor de ação social e setor de cultura do município de Silves, almejou ser um complemento ao programa desenvolvido no âmbito da promoção do envelhecimento ativo, que incluía maioritariamente atividades físicas.

“Da Palavra ao Palco”⁶⁶ acabou por ser o primeiro mote para o desenvolvimento do Projeto de Teatro Sénior, que decorreu em quatro freguesias do concelho: Armação de Pêra, São Bartolomeu de Messines; Silves e Tunes.

A partir desta atividade inicial formaram-se quatro grupos seniores, em cada uma das referidas freguesias. O elevado interesse, bem como a curiosidade dos participantes pelas lides do teatro originou a constituição de grupos de trabalho, que através do seu empenho e dedicação realizaram um trabalho de recolha e criaram quatro peças de teatro distintas. O processo de criação dos quatro grupos decorreu nos 5 (cinco) meses seguintes (fevereiro/março/abril/maio/junho) e foi regularmente acompanhado por dois técnicos do município (setor de ação social e setor de cultura). No caso de São Bartolomeu de Messines e Armação de Pêra, o projeto teve a colaboração voluntária de pessoas, com experiência teatral, destas freguesias do concelho, sendo que, em Armação de Pêra, houve também o apoio de um técnico da Junta de Freguesia. Em Silves, a colaboração voluntária deu-se através das nossas Sessões de Acompanhamento e Apoio à Prática Teatral (ANEXO 24), parte integrante deste estudo. Na freguesia de Tunes não houve

⁶⁶ A oficina “Da Palavra ao Palco” foi divulgada ao público como “Workshop de Teatro Sénior”. O cartaz de divulgação da iniciativa encontra-se disponível no ANEXO 23.

possibilidade de contar com o apoio de voluntários com conhecimentos e/ou experiência na área do teatro.

No mês de junho de 2014, a entidade promotora do Projeto de Teatro Sénior apoiou a apresentação dos quatro trabalhos cénicos em cada uma das freguesias. Assim, os grupos de teatro sénior tiveram a oportunidade de estreiar a sua criação teatral num espaço cultural da sua localidade:

- *Armação, essa das ruas para o mar*, pelo Grupo de Teatro Sénior de Armação de Pêra, no salão da Sede do FC Os Armazenenses, dia 22 de junho, pelas 21h30.

- *Os Sonhos de Chico Pedro*, pelo Grupo de Teatro Sénior de São Bartolomeu de Messines, na Sociedade de Instrução e Recreio Messinense, dia 27 de junho, pelas 21h00.

- *Gregório Mascarenhas, A Menina Juventina e o Marreco*, pelo Grupo de Teatro Sénior de Silves, no Teatro Mascarenhas Gregório, dia 28 de junho, pelas 21h30.

- *Ditos e Mexericos*, pelo Grupo de Teatro Sénior de Tunes, no Pólo de Educação ao Longo da Vida de Tunes, dia 29 de junho, pelas 17h00.

No dia seguinte, a 30 de junho, os espetáculos tiveram lugar no Teatro Mascarenhas Gregório, em Silves, no âmbito do Encontro Final dos Grupos – atividade que marcou o encerramento da primeira edição do Projeto de Teatro Sénior.⁶⁷

2.1 Âmbito do Projeto de Teatro Sénior

Enquanto estratégia de intervenção social, o Projeto de Teatro Sénior surgiu da necessidade de promover uma atividade que, para além de ambicionar a manutenção e a promoção da saúde física, favorecesse, sobretudo, aspetos relacionados com a saúde mental dos idosos. Adotou princípios com base no conceito de envelhecimento ativo, mas também envolveu na sua metodologia a valorização do património imaterial através da recolha de memórias, costumes e tradições locais.

⁶⁷ ANEXO 25 – Cartaz do Projeto de Teatro Sénior

Teve como pressupostos o envolvimento e a identificação de cada um dos participantes no processo de criação, integrando elementos relativos às suas vivências individuais e coletivas. A par da coordenação e do acompanhamento dos quatro grupos, houve sempre um desígnio inerente às sessões de trabalho - a promoção da autonomia.

De acordo com o documento (ANEXO 26) facultado pela entidade promotora do Projeto de Teatro Sénior, os objetivos foram os seguintes:

- . Proporcionar o acesso à prática teatral, a pessoas com idade superior a 60 anos;
- . Desenvolver o gosto pela atividade teatral;
- . Promover uma mente ativa e um corpo são;
- . Favorecer a partilha e espírito de grupo;
- . Facultar o cruzamento de conhecimentos, vivências e tradições locais;
- . Estimular a memória dos intervenientes;
- . Possibilitar a experiência de atuar numa sala de espetáculos;
- . Propiciar o reconhecimento do público.

A partir da nossa análise de dados, identificámos quatro áreas que o Projeto de Teatro Sénior quis fomentar: (1) Envelhecimento Ativo; (2) Valorização do Património Cultural Imaterial; (3) Acesso e Participação Cultural; (4) Envolvimento Comunitário.

2.1.1 Envelhecimento Ativo

A promoção do Envelhecimento Ativo tem vindo a ser defendida em resposta ao problema do envelhecimento da população (Marques, Batista, & Silva, 2012). Os princípios deste paradigma, para além do que já foi exposto no Capítulo 1, implicam a participação ativa nas mais diversas áreas da sociedade, ou seja, pressupõem o envolvimento das pessoas em atividades de carácter social, económico, cívico ou cultural.

O Projeto de Teatro Sénior criou uma efetiva oportunidade para os idosos do concelho de Silves no que concerne - à participação cultural no seio da sua comunidade, quer pela forte componente social, quer pela experiência artística. A iniciativa visou o

desenvolvimento de uma atividade que permitisse um espaço de criação, um lugar onde as pessoas se identificassem, onde ao mesmo tempo pudessem ser autores e protagonistas do seu trabalho. O projeto desenvolveu a atividade teatral junto dos seniores com o objetivo de promover comportamentos relacionados com a saúde e com o bem-estar, sobretudo, a saúde mental, por meio de exercícios que apoiam o estímulo das capacidades cognitivas. Por sinal, relembramos que o conceito de envelhecimento ativo da OMS, prioriza, naturalmente, a saúde, mas enfatiza também o papel da participação e do bem-estar (Walker, 2008).

Tanto a ideia, como a vontade de provocar um conjunto de estímulos através dos amplos mecanismos inerentes à prática teatral, abrangem a noção de envelhecimento ativo, uma vez que, este «pretende despertar nas pessoas a consciência pelo seu bem-estar físico, social e mental ao longo da vida» (Cruz & Paúl, 2009, p. 18). Aspectos tão caros a esta noção, como a segurança, a autonomia e a inclusão também estão presentes no Projeto de Teatro Sénior. Aliás, no que respeita à segurança, o teatro aplicado à vertente social é uma das práticas artísticas que mais privilegia a descoberta, a criatividade e a liberdade - numa situação segura - porque esta constelação experimental dá-se num contexto apoiado e com suporte. A autonomia e a inclusão foram desde logo, no Projeto de Teatro Sénior, premissas a desenvolver no processo de trabalho individual e coletivo.

Sublinhe-se, então, «que o principal argumento a favor do envelhecimento ativo evidencia a necessidade de assegurar a inclusão social das pessoas que envelhecem e de garantir a sua presença na vida coletiva» (Cabral & Ferreira, n.d., p. 18).

2.1.2 Valorização do Património Cultural Imaterial

O trabalho teatral levado à cena, neste projeto, envolveu um processo de pesquisa de informação. Informação essa, que brotou das vivências, memórias e histórias de vida dos participantes. O manancial de dados recolhido trouxe consigo os usos, os costumes e as tradições das pessoas, e mais do que isso, o seu modo de estar, o seu conhecimento, as suas estórias, enfim, a matéria da qual um ser humano é composto. Tudo isto, constitui um imenso património individual e coletivo, que não reside em lugar tangível, mas que alicerça a estrutura e alimenta a dimensão cultural de um povo.

Esta riqueza foi desencadeada pelo método de trabalho conduzido pela equipa técnica do dito projeto teatral, não apareceu ao acaso. Inclusive, foi esta opção metodológica que deu início ao processo criativo dos grupos, através da recriação de lugares e da construção de personagens, que mais não fizeram do que retransmitir o saber e a cultura locais.

O Projeto de Teatro Sénior teve como propósito a manifesta valorização do património cultural imaterial, através dos espetáculos apresentados pelos quatro grupos seniores do concelho de Silves. Neste fito, recorremos à Convenção (2003) para a Salvaguarda do Património Cultural Imaterial, no decurso da 32.^a Conferência Geral das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (UNESCO), que definiu o Património Cultural Imaterial (PCI), como:

(...) as práticas, representações, expressões, conhecimentos e aptidões – bem como os instrumentos, objetos, artefactos e espaços culturais que lhes estão associados – que as comunidades, os grupos e, sendo o caso, os indivíduos reconheçam como fazendo parte integrante do seu património cultural. Esse património cultural imaterial, transmitido de geração em geração, é constantemente recriado pelas comunidades e grupos em função do seu meio, da sua interação com a natureza e da sua história, incutindo-lhes um sentimento de identidade e de continuidade, contribuindo, desse modo, para a promoção do respeito pela diversidade cultural e pela criatividade humana. (p. 4, Artigo 2.º)

E que se manifesta nos seguintes domínios:

- a) Tradições e expressões orais, incluindo a língua como vetor do património cultural imaterial;
- b) Artes do espetáculo;
- c) Práticas sociais, rituais e eventos festivos;
- d) Conhecimentos e práticas relacionados com a natureza e o universo;
- e) Aptidões ligadas ao artesanato tradicional. (UNESCO, 2003, Artigo 2.º)

Encontramos na supracitada definição, o reconhecimento da participação das comunidades locais na transmissão do património imaterial, o que nos leva a considerar que o trabalho realizado no Projeto de Teatro Sénior reúne condições que bastem para aferirmos que se desenvolveu em torno daqueles princípios. Ademais, fundamente-se que, «o PCI remete para uma espécie de conhecimento distribuído e fluído que não precisa de se manifestar em formas ostentosas ou espetaculares, mas que é expressão valiosa de criatividade das pessoas e do carácter vivo das dimensões culturais da sua existência» (Duarte, 2010, p. 47).

2.1.3 Acesso e Participação Cultural

De acordo com os responsáveis, um dos primeiros objetivos do Projeto de Teatro Sénior foi possibilitar o acesso a um dos espaços culturais mais emblemáticos do concelho de Silves, nomeadamente, o Teatro Mascarenhas Gregório. A perceção de que a grande maioria dos seniores do concelho, não estabelecia qualquer relação com este espaço cultural e muito menos com a sua programação, serviu o intento. O trabalho com os grupos conferiu essa realidade, pois, muitos nunca tinham entrado numa sala de teatro, uns porque nunca tinham ouvido falar, outros porque nunca tiveram a hipótese de lá chegar. Ora, quanto mais pisar o palco.

Além do contacto com o Teatro Mascarenhas Gregório, a ideia de permitir o acesso à cultura impulsionando a participação das pessoas, desenvolveu-se também noutros vetores. Em virtude do trabalho realizado no projeto de teatro houve pessoas que começaram a escrever poemas ou contos em jornais locais. Criaram-se hábitos culturais a partir desta experiência e, de facto hoje, alguns dos participantes fazem parte do público do Teatro Mascarenhas Gregório e colaboram com a imprensa local.

Fica claro que o papel desempenhado pelas organizações locais é de extrema importância no que cabe à promoção e ao acesso cultural, particularmente, junto de grupos mais vulneráveis. A este respeito, alcançando outros campos da nossa atenção, pode ler-se no documento “Local Authorities + Older People + Arts = A Creative Combination” (The Baring Foundation), o seguinte: «os organismos locais têm papéis e

interesses com vista à saúde e ao bem-estar; às artes e cultura; aos serviços para a terceira idade; à inclusão social e liderança comunitária» (Cutler, 2013, p. 8).

O acesso à cultura e a oportunidade dos indivíduos para se expressarem de diferentes formas criativas é essencial numa sociedade democrática, fornecendo a base para a liberdade de pensamento e igualdade. Assim como a participação na vida cultural tem efeitos positivos tanto para o indivíduo, como para a sociedade (Saur & Johansen, 2013).

2.1.4 Envolvimento Comunitário

Uma componente chave para “envelhecer bem” são as oportunidades para um envolvimento positivo e significativo – com pessoas, comunidades e instituições (Browning & Thomas, 2007. Citado em Feldman et al., 2011). Tal como a capacidade e os recursos de adaptação nas principais transições da vida (Feldman et al., 2011). No nosso caso, o envolvimento da comunidade revelou ser uma das vertentes melhor conseguida no âmbito do Projeto de Teatro Sénior. Pois, constatámos ao longo do acompanhamento deste, que houve o cuidado de envolver a comunidade do concelho. O trabalho desenvolveu-se através da oficina Da Palavra ao Palco/Workshop de Teatro Sénior; por meio da recolha efetuada pelos participantes, que envolveram amigos, vizinhos e familiares; no decorrer do processo criativo, tendo o seu momento alto na apresentação pública do espetáculo. De acordo com Godfrey et al. (2004), uma questão central para o bem-estar na velhice são as ligações das pessoas com os outros: não apenas a família, mas amigos, vizinhos e a comunidade em geral.

Todos os espetáculos do projeto tiveram grande adesão, suscitando a curiosidade e o interesse da comunidade, que de algum modo se intrigava sobre o teatro que os idosos estavam a preparar havia meses. Houve um notório impacto social em redor da iniciativa, não só pela novidade e/ou curiosidade, mas também pela surpreendente revelação dos participantes, enquanto artistas. Esta atmosfera comunitária deu-se por meio da partilha de aspetos da cultura local e da troca experiências de vida. A propósito, a experiência teatral desenvolvida num contexto comunitário pode suscitar questões importantes sobre

a vida num ambiente seguro, confortável e divertido (Lorenz et al., 2004. Citado em Feldman et al., 2011).

2.2 Principais Dificuldades

O Projeto de Teatro Sénior instalou-se como uma nova atividade promovida pelo município de Silves, dirigida aos munícipes seniores do concelho. Como em qualquer outra iniciativa cuja implementação é feita de raiz, e este caso não é exceção, houve aspetos mais ou menos difíceis de contornar, adaptar e/ou melhorar. Fazendo com que os responsáveis pela implementação e desenvolvimento do projeto tivessem a natural necessidade de encarar as dificuldades como potencialidades.

O desafio inicial, segundo estes, foi fazer entender aos participantes que há um processo de criação inerente à prática teatral, que não estavam ali para ir diretamente para cima de um palco fazer teatro. Que este, era um trabalho de criação coletiva e que contavam com as suas ideias e propostas para esse mesmo processo.

A construção do texto a partir da história e cultura local ou das histórias de vida dos participantes (sendo esta a metodologia adotada pelos responsáveis do projeto) constituiu uma das principais dificuldades do projeto. Outra das dificuldades deteve-se na passagem da expressão escrita à oral. Os campos relativos à leitura, memorização, expressividade corporal e à subsequente interpretação também não foi trabalho realizado de ânimo leve, exigindo dedicação e concentração por parte dos intervenientes. No entanto, o grupo adaptou-se, acabando este processo por se tornar natural.

No que respeita à coordenação técnica do projeto, as dificuldades sentiram-se mais na disponibilidade dos técnicos em conciliar um trabalho desta dimensão, com as responsabilidades assumidas nos setores que representam - ação social e cultura – já de si extremamente exigentes. A gestão do universo das relações humanas e da disponibilidade dos participantes também não foi menos exigente.

2.3 Apreciação dos Responsáveis pelo Projeto

As considerações que em seguida apresentamos referem-se, essencialmente, ao balanço que os responsáveis pela implementação e coordenação do Projeto de Teatro Sénior (equipa técnica e vereação) fizeram dos resultados da iniciativa. Não contemplamos aqui as impressões/apreciações dos participantes do grupo sénior, porque optámos por inseri-las adiante no item “participação”, que integra o principal conjunto de resultados do nosso trabalho de investigação.

Em termos gerais, o balanço efetuado pela equipa de coordenação do projeto foi extremamente positivo, superando expectativas iniciais, extrapolando até as mais otimistas. A adesão do número de participantes foi significativa, assinalando-se apenas o desequilíbrio de género, uma vez que preponderou o feminino.

A riqueza que eclodiu no universo da recolha de memórias foi um dos aspetos que mais surpreendeu. Riqueza esta, viva, solta, individual e coletiva. Ora constituída por raízes da história local, ora por fendas de tradição oral, deu especial contributo a um resultado considerado extraordinário.

E ao contrário do que se possa julgar numa visão primeira sobre o carácter efémero do teatro, este projeto não marcou apenas os participantes que dele fizeram parte diretamente, instalou-se também na comunidade, que depois de muitos meses continuou a interpelar acerca do mesmo. Em síntese, a satisfação de quem fez e quem viu.

3. O Grupo de Teatro Sénior de Silves

Dos quatro grupos constituídos através do Projeto de Teatro Sénior, e muito embora tivessem sido registados dados relativos aos quatro, seleccionámos um único grupo - o Grupo de Teatro Sénior de Silves - no intuito de compreender a experiência teatral de cada um dos participantes de forma mais aprofundada.

3.1 Os Participantes

Na primeira fase do estudo, o Grupo de Teatro Sénior de Silves (GTSS) era constituído por 16 (dezassex) elementos, dos quais 15 (quinze) colaboraram de forma contínua e efetiva no nosso trabalho de investigação. Deste grupo, 13 (treze) são pessoas com mais de 55 (cinquenta e cinco) anos e 2 (dois) são técnicos da Câmara Municipal de Silves: 1 (uma) do setor de ação social, na qualidade de técnica de intervenção comunitária; e 1 (um) do setor de cultura, na qualidade de gestor cultural. De forma mais pontual contámos ainda com a participação de 1 (uma) vereadora do município.

Desta maneira, participaram no presente estudo um grupo de 13 (treze) idosos. Dos quais 11 (onze) são do sexo feminino e 2 (dois) são do sexo masculino. A idade dos participantes encontra-se entre os 59 (cinquenta e nove) e os 79 (setenta e nove) anos. Apenas 1 (uma) pessoa tem menos de 65 (sessenta e cinco) anos, 5 (cinco) situam-se entre os 65 (sessenta e cinco) e os 68 (sessenta e oito) anos e, as restantes 7 (sete) pessoas têm mais de 70 (setenta) anos.

Os elementos do GTSS são todos cidadãos de nacionalidade portuguesa. 11 (onze) são naturais do concelho de Silves: 9 (nove) da freguesia de Silves; 1 (um) da freguesia de São Marcos da Serra; 1 (um) da freguesia de São Bartolomeu de Messines. Os outros 2 (dois) participantes: 1 (um) é natural do concelho do Montijo, que pertence ao distrito de Setúbal; 1 (um) do concelho da Chamusca, distrito de Santarém.

Atualmente, todos os elementos do GTSS residem na freguesia de Silves: 10 (dez) em meio urbano e 3 (três) em meio rural. 8 (oito) dos elementos que compõem o grupo mencionaram que vivem acompanhados e 5 (cinco) que vivem sozinhos.

Relativamente às habilitações literárias: 8 (oito) têm o 4.º ano de escolaridade; 1 (um) o 6.º ano; 3 (três) o 9.º ano; e 1 (um) o primeiro grau do ensino superior. Na questão que incidiu sobre - a atividade profissional antes da idade da reforma (tendo em conta que apenas três participantes têm idade inferior à idade da reforma em Portugal, que corresponde, atualmente, aos 66 anos de idade), recolhemos as seguintes informações: 8 (oito) exerciam a atividade de doméstica; 1 (um) de pedreiro; 1 (um) de motorista; 1 (um) de comerciante; 1 (um) de administrativo(a) e 1 (um) funcionário(a) público.

Os dados acima foram recolhidos através do inquérito por questionário – Caracterização Sociodemográfica (ANEXO 5). Como já foi mencionado no capítulo atinente à metodologia, os questionários foram autoadministrados na sala da biblioteca municipal de Silves, cedida para o efeito. Para além deste, aplicou-se em seguida o inquérito por questionário – Caracterização Sociocultural - Prática Teatral (ANEXO 6). Este último permitiu obter dados sobre a relação do grupo com outras atividades recreativas, desportivas e artísticas e, em particular com o teatro. Daqui reunimos o conjunto de informações que se seguem.

Dos (13) treze elementos que constituem o grupo de idosos do GTSS, a grande maioria pratica atividades de âmbito recreativo ou desportivo, nomeadamente: malha (tricot); caminhada; natação; e ginástica. Destas destacamos a ginástica, com 12 (doze) dos participantes a mencionar a sua prática.

No que diz respeito à prática de atividades artísticas, sabemos que 6 (seis) pessoas praticam outras atividades de natureza artística, designadamente: escrita; fotografia; pintura em faiança/porcelana e dança. 4 (quatro) não praticam, mas gostavam de praticar e apenas 1 (uma) refere que não pratica e não tem interesse. Neste parâmetro (prática de atividades artísticas) houve duas respostas que não foram conclusivas.

Apuramos ainda que esta é a primeira vez que todos os idosos do Grupo de Teatro Sénior de Silves têm a experiência e/ou a oportunidade de integrar um grupo de teatro. O que é especialmente significativo, se se pensar que a experiência teatral implica um desafio individual e coletivo que requer o desenvolvimento de aspetos estritamente ligados à capacidade de adaptação, transformação e exposição. Todos consideraram importante a sua participação no GTSS. Além disso, constatámos que todos os intervenientes valorizaram a experiência, apontando um ou outro motivo que justificou a importância atribuída, como são exemplos: o convívio; a partilha; ou questões

relacionadas com a atividade mental. Temas estes, desenvolvidos no fim deste capítulo à luz dos resultados do presente trabalho.

3.2 O Processo

3.2.1 Processo Criativo

Após o primeiro e breve contacto com o mundo da prática teatral, a partir da oficina “Da Palavra ao Palco”, inaugurou-se um período de cerca de cinco meses (fevereiro a junho de 2014) de sessões de prática teatral dirigidas ao grupo sénior. As sessões tinham em geral periodicidade semanal e, na primeira fase, o principal desafio foi: ler e escrever. De início os exercícios de leitura e de escrita podiam versar sobre qualquer tema do interesse dos participantes, o importante era a prática dessa atividade.

Nos primeiros três meses (fevereiro/março/abril) as sessões visaram o desenvolvimento de atividades relacionadas com a leitura e com a escrita através de um trabalho de recolha. A recolha incidiu sobretudo em aspetos da história local, memórias, vivências e reminiscências de todos os elementos do grupo. Ao longo das sessões foram sendo recolhidas uma série de informações sobre a memória local, que faziam parte das histórias de vida dos participantes. Deste manancial de informação e consequentemente da sua difícil e morosa seleção, afluiu o principal tema de trabalho - uma antiga mercearia e taberna do início do século XX.

Deste modo, surgiu o texto dramático intitulado – “Gregório Mascarenhas, a Menina Juventina e o Marreco” (ANEXO 27) – pelo Grupo de Teatro Sénior de Silves.

A peça foi criada com base nas histórias de vida de cada um dos participantes do grupo. O trabalho teatral desenrolou-se no cenário da dita mercearia/taberna, incluiu aspetos relacionados com a vida dos operários da cortiça e recriou um casamento que efetivamente aconteceu num ambiente de taberna. Esteve de igual modo presente, a história de uma reconhecida personalidade da cidade de Silves, o senhor Gregório Nunes Mascarenhas – patrono do teatro da cidade, entre outros títulos.

A responsável pela construção do texto foi um elemento do GTSS. O texto/guião incluiu também um prólogo e um epílogo de sua autoria, publicado anteriormente no Terra Ruiva – Jornal do Concelho de Silves (ANEXO 28).

Nos últimos dois meses (maio e junho) de trabalho as sessões de prática teatral intensificaram-se e tiveram como objetivo a montagem do espetáculo para apresentação ao público. Neste período apostámos no acompanhamento semanal do grupo, onde tivemos a oportunidade de observar e participar no processo de criação e montagem do espetáculo (Gregório Mascarenhas, a Menina Juventina e o Marreco). Uma vez por semana, as Sessões de Acompanhamento e Apoio à Prática Teatral (ANEXO 24) do GTSS foram dirigidas pela autora deste trabalho de investigação e/ou simultaneamente pelo responsável do Projeto de Teatro Sénior (setor cultural).



Figura 2 - 3.2 Processo Criativo/Sessões de Acompanhamento do GTSS
Sala Polivalente da Biblioteca Municipal de Silves. Fotografia: Ivone Lampreia

As Sessões de Acompanhamento e Apoio à Prática Teatral decorreram em pleno processo criativo do supracitado espetáculo. Pelo que, de modo a respondermos às necessidades reais do grupo naquele momento, grande parte de cada sessão (com cerca de 2h30m) foi dedicada à experimentação de uma, duas ou três cenas/atos (de acordo com a necessidade) que compunham o espetáculo, até se chegar ao dito “ensaio corrido” (ensaio de todas as cenas ou atos que constituem uma determinada peça). A montagem foi sucedendo através da motivação do “fazer” e “refazer” dos atos, atendendo às percepções e sentidos dos intervenientes. Sugerindo soluções adaptadas a cada participante e que, em simultâneo, beneficiassem o coletivo. Não obstante, a estas necessidades do grupo, as sessões de acompanhamento tentaram sempre congregar diversos segmentos de trabalho, que podem ser parte integrante de uma sessão de prática teatral:

- Aquecimento (corpo e voz);
- Exercícios de dicção e voz;
- Leitura do guião;
- Orientação no espaço;
- Exercícios de improvisação;
- Exercícios de confiança;
- Relaxamento.
- Reflexão.

Ao longo do processo criativo, apesar de alguns dos participantes terem manifestado medos, receios e dúvidas sobre a sua capacidade de levar para diante o trabalho cénico, estes mostraram-se sempre colaborantes no processo de criação, recetivos às sugestões apresentadas, assim como disponíveis para a participação no trabalho de investigação. Os registos fotográficos deste processo também estão disponíveis no ANEXO REGISTO FOTOGRÁFICO 1.



Figura 3 - 3.3 Processo Criativo/Sessões de Acompanhamento do GTSS
Teatro Mascarenhas Gregório, Silves. Fotografia: Ivone Lampreia

3.2.2 Gregório Mascarenhas, a Menina Juventina e o Marreco

A peça de teatro “Gregório Mascarenhas, a Menina Juventina e o Marreco”, concebida com assento na recolha de aspetos da história local da freguesia de Silves, das memórias, vivências e reminiscências dos elementos do Grupo de Teatro Sénior de Silves, ou seja, com base nas suas histórias de vida – foi o trabalho levado à cena, na primeira edição do Projeto de Teatro Sénior (2014). Foi em rigor, o espetáculo teatral que o grupo apresentou ao público como resultado da sua primeira aventura teatral, sendo a parte mais visível e o culminar de todo o processo de trabalho.

Note-se tão só que aquilo que mais nos interessa neste trabalho de investigação, obviamente, não é o resultado final em si mesmo, isto é, a peça de teatro apresentada ao público. Mas a compreensão de um possível conjunto de contributos, que a participação num projeto desta natureza pode trazer a quem dele beneficia. E esses benefícios passam principalmente pelos fenómenos que se dão através do processo e menos através do resultado final.

Porém, e ainda que tenhamos bem presentes as afirmações anteriores, o acompanhamento do grupo nesta fase e a subsequente análise dos dados recolhidos, levam-nos a dar por certo que, do ponto de vista dos participantes, a apresentação do espetáculo ao público foi um momento de importância maior. O que se entende perfeitamente. Primeiro, porque finalmente, após um longo período de trabalho – fizeram Teatro! Isto, atentando ao facto de que para se dar o acontecimento teatral, há inevitavelmente que haver espectadores, sejam estes elementos ativos ou passivos da ação e/ou da comunicação. Experimentaram o frenesim que se apodera de qualquer artista antes de pisar as tábuas, e se nos permitem, vivenciaram o êxtase de pisar as ditas tábuas - o palco, a luz dos projetores, a energia do público.

Em segundo lugar, há que salientar que o público não era constituído por quaisquer espetadores. Na plateia estavam sobretudo, e naturalmente, familiares, amigos, vizinhos, amigos dos vizinhos, enfim, a comunidade local. Ora, na sequência daqueles momentos radiantes e da superação do propósito teatral, os nossos atores foram invadidos pelo som dos aplausos, pelos comentários de apoio, pelas espontâneas manifestações de afeto, em suma, pela demonstração do reconhecimento.

Como já dissemos, o Grupo de Teatro Sénior de Silves, na primeira edição do Projeto de Teatro Sénior (2014), é constituído por 13 (treze) pessoas com idades compreendidas entre os 59 (cinquenta e nove) e os 79 (setenta e nove) anos de idade (no momento da aplicação dos questionários - Caracterização Sociodemográfica). No entanto, o espetáculo “Gregório Mascarenhas, a Menina Juventina e o Marreco”, além do elenco sénior, incorporou mais 4 (quatro) elementos na sua criação teatral – 3 (três) crianças - netas de um dos elementos do GTSS e 1 (um) adulto - técnico de desporto da Câmara Municipal de Silves (professor das classes de desporto sénior, Silves I e II e coordenador do projeto de desporto sénior do município). Assim, revela-se o carácter intergeracional da peça de teatro, que através da inclusão de elementos de outras gerações, instigou o desenvolvimento das relações intergeracionais mediante esta atividade artística.

O espetáculo “Gregório Mascarenhas, a Menina Juventina e o Marreco” estreou no dia 28 de junho de 2014, pelas 21h30, no palco do Teatro Mascarenhas Gregório, em Silves, tendo a felicidade de contar com “casa cheia”. O mesmo espetáculo teve ainda lugar dois dias depois na mesma sala, no âmbito do Encontro Final dos Grupos.



Figura 4 - 3.4 Espetáculo - Gregório Mascarenhas, a Menina Juventina e o Marreco
Teatro Mascarenhas Gregório, Silves. Fotografia: Carlos Rocha



Figura 5 - 3.5 Espetáculo - Gregório Mascarenhas, a Menina Juventina e o Marreco
Teatro Mascarenhas Gregório, Silves. Fotografia: Carlos Rocha

Estes e outros registos fotográficos estão disponíveis para consulta no ANEXO REGISTO FOTOGRÁFICO 2. Excertos do Registo Audiovisual dos dois espetáculos (estreia e encontro final dos grupos) “Gregório Mascarenhas, a Menina Juventina e o Marreco” encontram-se nos ANEXOS 29 e 30.

3.2.3 Encontro Final dos Grupos

A marcar a fase final desta iniciava, que corresponde à primeira edição do Projeto de Teatro Sénior desenvolvido no ano de 2014, sucedeu o Encontro Final dos Grupos. Este consistiu num encontro com todos os que de alguma maneira fizeram parte do Projeto de Teatro Sénior.⁶⁸ Todos os que contribuíram, participaram e ajudaram a constituir os quatro grupos de teatro sénior no concelho de Silves.

O Encontro Final de Grupos foi essencialmente um momento que permitiu partilhar as vivências experienciadas ao longo do processo de criação teatral, bem como um espaço que deu lugar à partilha do resultado do trabalho cénico de cada grupo. O Encontro realizou-se ao longo do dia 30 de junho de 2014, no Teatro Mascarenhas Gregório, em Silves, levando à cena os quatro espetáculos dos grupos de teatro sénior.

Dois decorreram no período da manhã. O primeiro foi apresentado pelo Grupo de Teatro Sénior de Silves e o segundo pelo Grupo de Teatro Sénior de Armação de Pêra.

⁶⁸ A primeira edição do Projeto de Teatro Sénior (2014) envolveu cerca de 70 participantes. Chegando a um total de 450 pessoas, número referente ao público que assistiu aos quatro espetáculos apresentados pelos grupos nas suas freguesias (ANEXO 26).



Figura 6 - 3.6 Espetáculo - Gregório Mascarenhas, a Menina Juventina e o Marreco
Teatro Mascarenhas Gregório, Silves. Fotografia: Carlos Rocha



Figura 7 - 3.7 Espetáculo - Armação, essa das ruas para o mar
Teatro Mascarenhas Gregório, Silves. Fotografia: Carlos Rocha

No período da tarde subiram ao palco o Grupo de Teatro Sénior de Tunes e o Grupo de Teatro Sénior de São Bartolomeu de Messines.



Figura 8 - 3.8 Espetáculo - Ditos e Mexericos
Teatro Mascarenhas Gregório, Silves. Fotografia: Carlos Rocha



Figura 9 - 3.9 Espetáculo - Os Sonhos de Chico Pedro
Teatro Mascarenhas Gregório, Silves. Fotografia: Carlos Rocha

A sessão de encerramento do Encontro Final dos Grupos terminou com a entrega de certificados de participação a todos os intervenientes do Projeto de Teatro Sénior (primeira edição, 2014).



Figura 10 - 3.10 Encontro Final dos Grupos
Teatro Mascarenhas Gregório, Silves. Fotografia: Carlos Rocha



Figura 11 - 3.11 Encontro Final dos Grupos
Teatro Mascarenhas Gregório, Silves. Fotografia: Carlos Rocha

3.2.4 A Escola do outro Tempo

“A Escola do outro Tempo” é a segunda criação teatral do Grupo de Teatro Sénior de Silves. A peça de teatro foi realizada durante a segunda edição do Projeto de Teatro Sénior no concelho de Silves, que decorreu entre os meses de fevereiro e julho de 2015.

Na segunda edição do Projeto de Teatro Sénior (2015), o grupo é constituído por 14 (catorze) pessoas, das quais 12 (doze) têm mais de sessenta anos e 2 (dois) são técnicos do município de Silves. Todos estes elementos participaram na edição anterior, há exceção de 1 (um) elemento. Por isso, considerámos que o grupo de participantes, acima descrito, se mantém.

O processo criativo seguiu a metodologia utilizada na criação do espetáculo anterior (Gregório Mascarenhas, a Menina Juventina e o Marreco, 2014). Quer isto dizer que o processo se desenvolveu a partir da recolha de informação local, tal como se baseou nas histórias de vida dos participantes do grupo. E que, através da discussão de ideias entre os elementos do grupo, surgiu o novo tema de trabalho – o meio escolar numa época da nossa história, entre outras coisas, marcada pelo analfabetismo da população e pelo autoritarismo do Estado Novo.

O texto “A Escola do outro Tempo” (ANEXO 31) que, à semelhança do anterior, foi construído pelos elementos do grupo, recriou com humor uma lição do ensino primário, passada nos anos 40 do século XX. As sessões de trabalho continuaram a ser orientadas pelos dois técnicos do município de Silves dos setores de ação social e cultura.

Após um período de cerca de seis meses, em que o grupo se dedicou à criação da nova peça, surgiu o resultado de mais um trabalho cénico.

“A Escola do outro Tempo” do Grupo de Teatro Sénior de Silves estreou nos dias 10 e 11 de julho de 2015, no palco do Teatro Mascarenhas Gregório, em Silves. O público encheu a sala e aplaudiu calorosamente, o segundo espetáculo dos novos artistas seniores.

O cartaz de divulgação do espetáculo pode ser consultado no ANEXO 32; os registos em fotografia encontram-se no ANEXO REGISTO FOTOGRÁFICO 3; e um excerto do registo audiovisual do espetáculo no ANEXO 33.



Figura 12 - 3.12 Espetáculo - A Escola do outro Tempo
Teatro Mascarenhas Gregório, Silves. Fotografia: Carlos Rocha



Figura 13 - 3.13 Espetáculo - A Escola do outro Tempo
Teatro Mascarenhas Gregório, Silves. Fotografia: Carlos Rocha

Em janeiro de 2016, o Grupo de Teatro Sénior de Silves retomou os ensaios da peça “A Escola do outro Tempo”. Segundo informação concedida pela técnica do setor de ação social, a razão pela qual o grupo não deu início a uma nova criação, na terceira edição do projeto, deveu-se à impossibilidade de contar, naquele momento, com alguém da área do teatro para dinamizar o grupo.

No entanto, esta situação originou um novo desafio para o GTSS – a possibilidade de voltar à cena no Teatro Mascarenhas Gregório, assim como de apresentar o espetáculo noutros espaços da freguesia e do concelho. Na terceira edição do Projeto de Teatro Sénior (2016), o GTSS apresentou “A Escola de outro Tempo” nos seguintes locais:

- Santa Casa da Misericórdia de Silves | Dia 02 de março de 2016
- Teatro Mascarenhas Gregório | Dia 23 de março de 2016
(integrado no programa de atividades da iniciativa “Férias Super Fixe – Páscoa 2016”, promovida pelo município de Silves)
- Amigos dos Pequenininos | Dia 30 de março de 2016
- Santa Casa da Misericórdia de Armação de Pêra | Dia 27 de abril de 2016

Sabemos ainda que no mês de abril de 2016, o Grupo de Teatro Sénior de Silves começou a construir um novo texto, significando isso, que talvez possamos aguardar a sua terceira criação cénica. As sessões de prática teatral decorrerão ao longo do ano, integrando novos participantes no grupo, esperando-se assim, dependendo do desenvolvimento do trabalho, que haja nova peça em outubro de 2016.

4. Contributos do Teatro para o Envelhecimento (Cri)Ativo

Este ponto apresenta o principal bloco de resultados do nosso trabalho de investigação. Reúne elementos do conjunto de dados que inferimos a partir dos vários métodos de recolha, mas apoia-se, essencialmente, na análise de dados dos seguintes métodos: grupos de discussão e entrevistas individuais. Estes, além de constituírem a parte mais extensa e densa da informação que obtivemos no decurso do estudo, são também a parte mais rica e complexa, e por essa razão careceram de mais tempo e atenção da nossa parte. Os resultados convocam aspetos mencionados na anterior revisão da literatura, acrescentam conhecimentos com base teórica e empírica de outros trabalhos de investigação, no intuito de estabelecer uma articulação que fundamente as especificidades que adiante apresentamos.

O estudo desenvolveu-se em duas grandes fases de investigação. A primeira decorreu ao longo das Sessões de Acompanhamento e Prática Teatral do Grupo de Teatro Sénior de Silves no ano de 2014 e, a segunda durante as sessões de acompanhamento do mesmo grupo em 2015. Da primeira fase, destacamos: a dinamização das sessões de prática teatral; a apresentação dos espetáculos ao público; a visualização de imagens do espetáculo junto do grupo; e a aplicação da maioria dos métodos de recolha de dados. Da segunda fase, salientamos, o acompanhamento do espetáculo (segunda criação teatral) aquando da apresentação ao público, a realização do segundo grupo de discussão e a sua subsequente análise, em articulação com o primeiro.

Examinando os nossos dados, ponderando e confluindo as diversas fontes de informação, concebemos uma sequência de contributos em 7 (sete) âmbitos, que emergiram das categorias formuladas através da análise de conteúdo e integraram as respetivas subcategorias:

(1) Participação – Experiência Criativa; Reminiscência. (2) Saúde Mental – Estímulo da Memória; Diminuição da Ansiedade; Espontaneidade e Autoconfiança. (3) Socialização – A Importância do Convívio e Diminuição do Isolamento. (4) Cooperação – Empatia. (5) Envolvimento Pessoal e Compromisso com a Vida – Significado e Sentido. (6) Valorização e Reconhecimento – Valorização Pessoal; Reconhecimento e Desmistificação do Estigma Associado à Velhice. (7) Superação – Esperança e Perspetivas de Futuro. Os quais, ilustramos no diagrama seguinte:

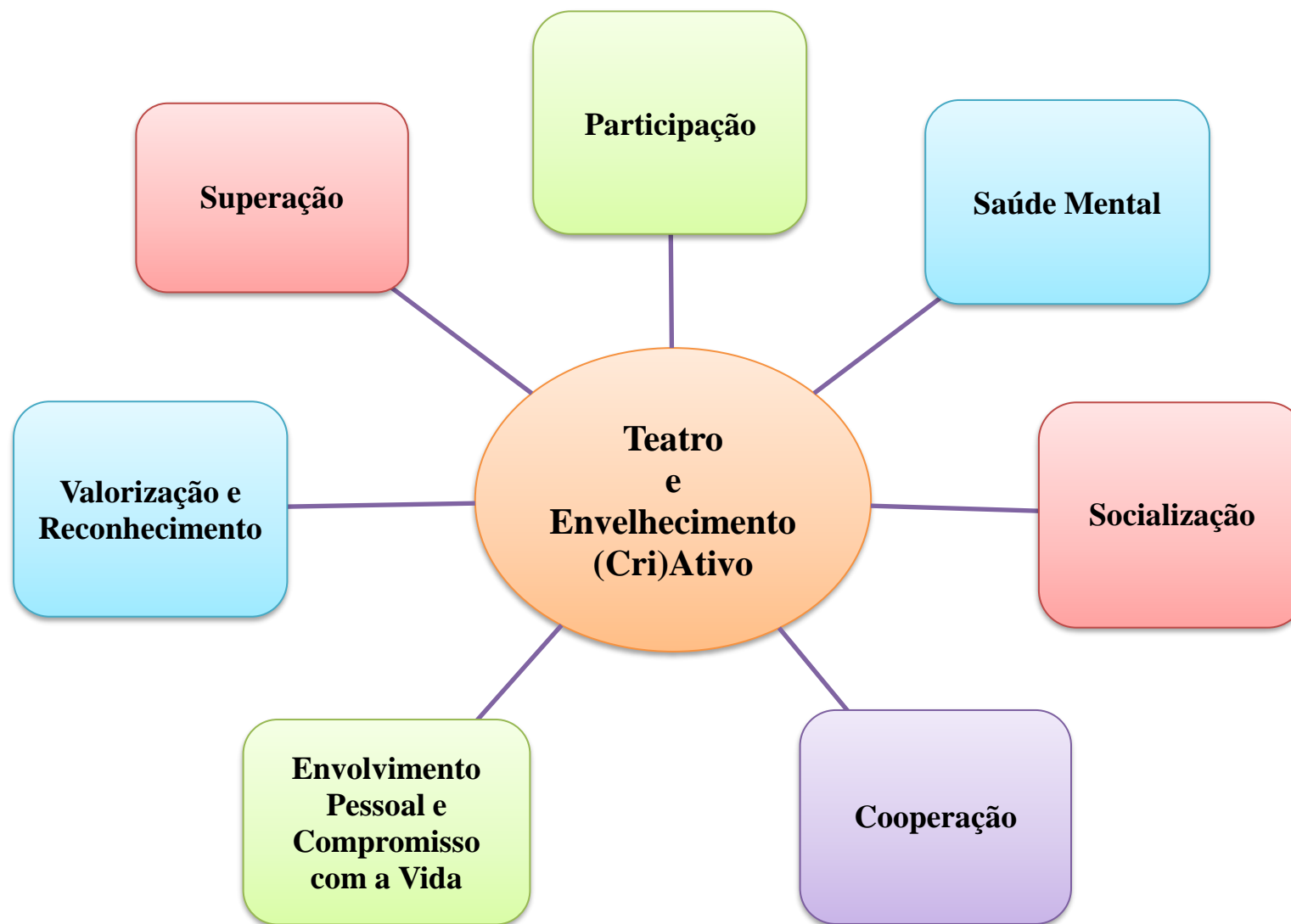


Diagrama 3 - 3.1 Contributos do Teatro para o Envelhecimento (Cri)Ativo

4.1 Participação

Como já foi citado no primeiro capítulo deste trabalho, o Envelhecimento Ativo define-se enquanto «processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, visando melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas envelhecem» (WHO, 2002, p. 12). Por isso, Contança Paúl (2005, p. 276) afirma que «os pilares que suportam este conceito são a participação social, a saúde e a segurança». O programa de ação do Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações (Governo de Portugal, 2012, p. 9) também destaca a participação ativa na sociedade, incentivando o envelhecimento com dignidade.⁶⁹

A participação da população idosa em atividades de carácter social e cultural não é apenas um fator importante, mas é uma questão incontornável na maioria das teorias e práticas que desenvolvem uma abordagem positiva do envelhecimento.

Dito isto, recorreremos ao estudo realizado por Cabral & Ferreira (2013) para perceber que, relativamente à «participação em atividades orientadas para a terceira idade, apenas cerca de um quarto dos seniores portugueses participou numa entidade que promove essas atividades» (p. 95). Adiante, o mesmo estudo esclarece que se refere, sobretudo, a atividades culturais, recreativas, sociais, expressivas e físicas (incluindo a realização de atividades artísticas) e, que este conjunto convoca os princípios preconizados pelo envelhecimento ativo - «cuja emergência levou à evidência dos efeitos positivos que a participação social e a prática de atividades nos tempos livres produzem no bem-estar das pessoas mais velhas» (p. 105).

Seguindo esta linha, outros estudos efetuados, principalmente, no Reino Unido, demonstram que a participação cultural está significativamente associada à boa saúde, assim como a uma elevada satisfação com a vida (Arts Council England, 2014; Leadbetter & O'Connor, 2013). Além disso, o relatório *Ageing Artfully: Older People and Professional Participatory Arts in the UK* (Cutler, 2009, p. 21) menciona que a participação nas artes tem muitos benefícios, como o valor intrínseco da expressão criativa, a afirmação da noção de si, o processo de aquisição ou o desenvolvimento de competências.

⁶⁹ DECISÃO N.º 940/2011/UE DO PARLAMENTO EUROPEU E DO CONSELHO, de 14 de setembro.

Especificamente, diante do universo que mais nos interessa, Bonnie L. Vorenberg (2007), figura de proa do movimento de teatro sénior nos EUA vai mais longe e diz-nos mesmo que «o principal objetivo do teatro sénior é promover a participação ativa» (p. 16).

Através da nossa análise, que se concentrou nos dados do Grupo de Teatro Sénior de Silves, compreendemos que a participação no trabalho de criação artística teve uma importância significativa para todos os elementos do grupo sénior. Porém, este revelou alguma dificuldade em expressar detalhadamente a importância dessa participação, tendo a maioria verbalizado a mesma por palavras como: «foi bom»; «gostei muito»; «adorei»; «faz bem»; «agrada-me muito» ou «sinto-me feliz».

Das questões efetuadas sobre a experiência da participação do grupo, emergiram dois itens associados a esta: experiência criativa e reminiscência.

4.1.1 Experiência Criativa

Entendemos que a experiência da criação coletiva foi um processo que revelou e colocou em prática a capacidade criativa das pessoas, ao considerar e valorizar os seus conhecimentos, instalou a confiança necessária à partilha e à expressão das suas ideias.

Na verdade, aprendemos por meio da experiência, e experienciar é penetrar no ambiente, é envolver-se total e organicamente, o que significa um envolvimento a vários níveis: intelectual, físico e intuitivo (Spolin, 2001, p. 5). A experiência criativa que o GTSS viveu, através da construção dos textos e da montagem das cenas teatrais teve um impacto muito positivo na vida dos participantes, ao mesmo tempo que permitiu a aprendizagem e a redescoberta, deu lugar à invenção e, não obstante à permissão da sua vontade.

«Eu gostei do que estamos a fazer, e cada um é da sua ideia. Eu estou contente com o que inventei, ninguém me mandou fazer isto, nem escrever. E é assim, estou contente de fazer aquilo que eu quero, não é... [gestos com as mãos - de outras coisas] Aquilo que eu quero (...)» [GD2. L.128 a 131 (H)]

Nesta fase da vida em que muitos idosos sentem uma perda de controlo, pelos mais diversos motivos, que podem ir desde a mobilidade até à autonomia para tomar

decisões pessoais, a liberdade e o estímulo para o exercício da sua vontade toma especial relevância. O desafio criativo provoca uma reação que permite a mudança e a resolução de problemas, não apenas no contexto das práticas artísticas, mas que se transfere para a vida diária das pessoas, e neste aspeto contribui para o desenvolvimento da tão falada proatividade. O campo da investigação da criatividade é hoje vasto e até popular, está presente num diverso conjunto de disciplinas, sendo a criatividade considerada e entendida à luz de várias perspetivas. Mark Runco, psicólogo e conhecido investigador na área da criatividade, afirma que a maioria dos estudos expõe a criatividade como um benefício que facilita e melhora a resolução de problemas, a adaptação, a autoexpressão e a saúde (Runco, 2004, p. 677). Mas, uma vez que a criatividade é vulgarmente associada à juventude, quisemos perceber se junto da terceira idade estes benefícios também são considerados pelos investigadores.

Tsai (2013) propôs-se analisar a nível do intelecto, as percepções da criatividade nos idosos em 56 artigos, dessa análise surgiram dois resultados: uma visão otimista da vida dos idosos e a necessidade da criatividade no envelhecimento bem-sucedido. Assente na sua revisão, este autor não tem dúvidas no que respeita aos «benefícios físicos, mentais e espirituais da criatividade nos idosos» (p. 25), deixando bem clara a relação de proximidade entre criatividade e envelhecimento. É neste contexto que se pode inserir a questão «como é que a expressão criativa promove a saúde» - desenvolvida por Gene Cohen no seu trabalho *Research on Creativity and Aging: The Positive Impact of the Arts on Health and Illness*. Este reconhecido psiquiatra norteamericano (pelo seu trabalho científico em torno da artes, criatividade e envelhecimento) dá resposta através de quatro parâmetros: mecanismo de autocontrolo; influência da mente no corpo; envolvimento social e plasticidade cerebral (Cohen, 2006). No artigo *Creativity in later life*, a criatividade até é considerada como uma prática de tratamento comprovada para melhorar a auto-estima, promover a realização e o desenvolvimento de redes sociais para os que estão deprimidos ou socialmente isolados (Price & Tinker, 2014, p. 285). Talvez seja por este conjunto de fatores que o nosso Grupo de Teatro Sénior, embora não tenha conseguido explicar em detalhe o gozo da sua participação no processo criativo, se tenha referido à mesma, no Grupo de Discussão 1, através das seguintes expressões orais:

«A minha experiência foi bem» [GD1. L.104 (A)]

«Sim, foi bom» [GD1. L.107 (C)]

«Sim, a gente gostou» [GD1. L.192 (D)]

«Gostei muito de participar» [GD1. L.259 (I)]

«Adorei, desde o primeiro até ao último» [GD1. L.264 (L)]

«Gostei, sim, senhora. Estou contente [...] Eu estou contente do que fiz.» [GD1. L.285/287 (M)]

«Sinto-me feliz. [...] Bom, mas eu fiz para o melhor» [GD1. L.334 e 337 (M)]

«gosto de participar, de fazer o melhor, se eu puder fazer, e é só» [GD1. L.435/436 (C)]

«Gostei muito e gostei muito e gostei de participar, além de vir no lugar da minha colega, que ela desistiu e eu tive que lhe fazer esse jeito, e gostei. Tenho pena é de estar assim toda cheia de labrestas, estou é cheia de labrestas» [GD1. L.493/494/495 (D)]

O gosto pela atividade, a satisfação, o sentimento de felicidade ou o contentamento voltou a estar presente, aquando da realização do Grupo de Discussão 2, efetuado a propósito da segunda criação do GTSS. Incluindo, agora, ideias associadas a uma noção de benefício:

«Eu faz de conta que entrei às ceguinhas, sem saber o que é que vinha fazer, mas adorei, adorei, adorei e gosto muito do papel que faço, adorei» [GD2. L.84/85 (E)]

«Acho que faz muito bem» [GD2. L.45 (A)]

«Este tipo de desafios para mim, enquanto eu tiver saúde aceitá-los-ei sempre» [GD2. L.58 (C)]

«para mim eu estou muito satisfeita de andar nisto» [GD2. L.77 (D)]

«Agrada-me muito» [GD2. L.79 (D)]

«Faz bem [gesto com as mãos para cima]» [GD2. L.92 (A)]

«Tem, eu gosto muito, eu gosto muito» [GD2. L.257 (E)]

«Eu tenho prazer em fazer, gosto» [GD2. L.260 (C)]

Estes sentimentos de prazer têm com certeza influência na saúde e no bem-estar dos elementos do grupo. Alguns apontaram que, apesar das dificuldades associadas à sua idade (dores físicas, assimilação de informação, capacidade expressiva, etc.), enquanto conseguirem, querem continuar!

Atentando nestas dificuldades, houve participantes que mencionaram o esforço que faziam para descer a ladeira de sua casa até aos ensaios, e vice-versa. O que nos leva a compreender que há uma motivação inerente a esta prática, que leva as pessoas a sair de casa e a ultrapassar os seus constrangimentos. Para complementar esta questão, vale a pena atentar no artigo *Creativity in older adults: a plethora of possibilities*, que nos diz que sair de casa para participar numa atividade criativa envolve um certo grau de exercício físico, exponencia a mobilidade, circulação e o funcionamento intestinal (Flood & Phillips, 2007, p. 408). Não obstante, estes autores concluem que, os benefícios fisiológicos da criatividade, combinados com vantagens relativas à saúde mental, são as principais razões da prática de atividades criativas com idosos.

4.1.2 Reminiscência

As duas peças de teatro criadas pelo Grupo de Teatro Sénior de Silves surgiram a partir de um processo criativo assente nas memórias dos participantes, na recolha de tradições e costumes locais, e na história e estórias da comunidade em que estes se inserem. Houve, pois, todo um trabalho que recorreu à reminiscência, como processo criativo e participativo do grupo. Este método visou incluir o universo identitário das pessoas, assim como trabalhar aspetos próximos destes ou do seu interesse, no intuito de envolver os participantes a partir da sua motivação.

Os elementos do GTSS, quando questionados sobre a sua participação no grupo de teatro, indicaram de imediato a oportunidade que tiveram de recordar coisas de antigamente, factos reais, situações que conheciam, incluindo as suas experiências. A razão pela qual o indicaram, até com grande entusiasmo, deve-se ao facto de grande parte do trabalho teatral congregar um amplo leque de memórias por meio da recriação de vivências e de figuras da freguesia de Silves, o que na verdade deu corpo ao património individual e coletivo do grupo. Deixamos abaixo alguns exemplos do relato desta experiência:

«e eu pensei assim, atão eu lavei a roupa da Menina Juventina, atão eu vou entrar na peça, pronto isto é a realidade, eu vou fazer aquilo que fiz» [GD1. L.39/40 (G)]

«atão e a morte do Doutor Vieira? Que eu morava ali ao pé dele. Pronto, está bem pronto, foi assim a conversa» [GD1. L.43/44 (F)]

«Falei na vida do meu pai, foi, acho bem, foi uma experiência boa» [GD1. L.107/108 (C)]

«Isto foi engraçado porque, tudo coisas de antigamente, não é? Factos reais das próprias pessoas» [GD1. L.109/110 (D)]

«e era tudo uma coisa que eu conhecia... daí fiz o meu papel» [GD1. L.150/151/152 (G)]

«Ainda fui recordar os versos da escola que eu aprendi. (...) Nunca estudei nada, foi, foi mesmo aquilo que eu tinha decorado quando eu andei na escola, foi o que eu representei aqui» [GD2. L.160/161/162 (E)]

Ao longo das últimas décadas, tornou-se claro que a reminiscência e as revisitações da vida são um processo complexo, e que podem assumir variadas formas e funções (Westerhof & Bohlmeijer, 2014, p. 108). No entanto, há evidências de que a reminiscência estabelece pontes entre as pessoas. Faith Gibson (2011), na obra *Reminiscence and life story work: a practice guide*, refere o seguinte:

Através de reminiscências – da partilha de memórias da nossa experiência pessoal, com todas as suas semelhanças e diferenças – redescobrimo-nos e temos a oportunidade de olhar para os outros de forma mais compreensiva. (p. 9)

Ora, estas questões que abarcam a redescoberta e a compreensão dos outros são também características inerentes ao trabalho desenvolvido nas sessões de prática teatral.

Convergência que nos consente invocar, aqui, o labor que Pam Schweitzer tem vindo a realizar no âmbito do teatro e da reminiscência. Schweitzer começou a trabalhar em produções cénicas com base nas memórias de pessoas idosas, e a desenvolver esta abordagem nas suas criações profissionais. Para além do trabalho em parceria com encenadores e companhias na área das artes performativas nos EUA e na Alemanha, Schweitzer tem apoiado a formação de novos grupos noutros países europeus, com quem tem partilhado regularmente as suas produções nos festivais da European Reminiscence Network.⁷⁰ A obra *Reminiscence Theatre: Making Theatre from Memories* (Schweitzer,

⁷⁰ <http://www.pamschweitzer.com/theatre2.html>

2007) baseia-se na sua vasta experiência em teatro e reminiscência, principalmente, enquanto diretora artística do *Age Exchange Theatre Trust*, e analisa benefícios para os participantes. Estes incluem: energia renovada; combate ao isolamento social; desenvolvimento de novas relações e amizades; confiança e empatia entre gerações; sentimento de orgulho e pertença; aumento da autoconfiança, valor e afirmação; desafio e estímulo; envolvimento criativo; originando uma “comunidade de memória”.

São claros os contributos que Pam Schweitzer atribui ao exercício da reminiscência, mas também Westerhof & Bohlmeijer (2014, p. 108) afirmam que esta serve funções sociais. E neste sentido dizem que a partilha de memórias pessoais promove a ligação entre as pessoas e que os idosos podem usá-las para ensinar ou informar os outros sobre as experiências passadas, situação que também se constatou nos dois trabalhos cénicos do Grupo de Teatro Sénior de Silves.

Este trabalho de criação teatral através das memórias revelou-se muito importante para os participantes do GTSS, porque a reminiscência é uma busca de sentido – uma pesquisa para a compreensão do passado, no fundo um redesenhar da nossa origem – um processo para descobrir e re-descobrir quem somos através de ligações entre diferentes aspetos da nossa vida, família e comunidade (Gibson, 2011, p. 26).

4.2 Saúde Mental

A Organização Mundial de Saúde reconhece que à luz de uma perspetiva transcultural é praticamente impossível definir saúde mental de modo universal, mas afirma que esta pode ser caracterizada através de «um estado de completo bem-estar físico, mental e social» (OMS, 2001, p. 2), atribuindo-lhe importância desde a sua origem. Para melhor compreender o conceito, a mesma organização esclarece que, entre outras coisas, a saúde mental abrange «o bem-estar subjetivo, a auto-eficácia percebida, a autonomia, a competência, a dependência intergeracional e a auto-realização do potencial intelectual e emocional da pessoa» (ibidem, p. 3), envolvendo de modo indissociável o funcionamento biológico, psicológico e social.

No documento *Promoting mental health: concepts, emerging evidence, practice* (WHO, 2004) ou no mais recente *Investing in mental health: evidence for action*

(Chisholm, 2013), assim como na sua página Web,⁷¹ a OMS define saúde mental como: um estado de bem-estar no qual o indivíduo percebe o seu próprio potencial, é capaz de lidar com o *stress* normal da vida, trabalhar de forma produtiva e frutífera e de dar um contributo à sua comunidade.⁷²

Indicar a saúde mental como um resultado da atividade teatral com o nosso grupo sénior, não quer dizer que tenhamos excluído radicalmente os benefícios relativos à saúde física, até porque ambas são elementos da vida estreitamente entrelaçados e profundamente interdependentes (OMS, 2001). Existiram sim, e em justiça dos resultados deste trabalho, referências a aspetos relacionados com a saúde física, principalmente a favor dos exercícios físicos que a prática teatral envolve e, consequentemente, a agilidade que promove. Todavia, a nossa opção fundamenta-se pela quantidade significativa e clara, que os participantes e responsáveis do Projeto de Teatro Sénior expuseram sobre aspetos relacionados com a saúde mental. Destes, seleccionamos três: estímulo da memória; diminuição da ansiedade; espontaneidade e autoconfiança. Os quais associamos ao bem-estar cognitivo. Ademais, obtivemos ainda informação interessante sobre as emoções e o afeto, pois, sabemos que o teatro potencia as experiências emocionais e afetivas, e tivemos a oportunidade de vivenciar ao lado dos elementos do GTSS alguns destes estados e sensações. No entanto, não recolhemos um número de dados suficientemente concretos que possamos apresentar sobre essas questões, o que provavelmente se deve tanto à abrangência deste estudo (que se propôs compreender um conjunto) como à natureza deste tipo de dados. Apesar disso, estamos certos que explosões interiores sucederam e deixamos aqui, um rasgado testemunho:

«Eles vão é carregados de emoções, vão carregados de sentimentos, vão carregados de amor e carinho pelas pessoas que estiveram aqui e que lhes bateram palmas, que lhes disseram “bis”, que depois esperaram por eles no foyer e vieram beijar e dar-lhes um abraço, e que foi tema de conversa nos jantares seguintes, e que se juntam todos e que falam todos sobre o assunto, isto não, um ano atrás isto não existia, isso é o que se deixa nisto, e isso é que eu acho que é importante deixar-se isso às pessoas, e que as pessoas possam aproveitar isso» [E2. L.488 a 499]

⁷¹ <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs220/en/>

⁷² [a state of well- being in which every individual realizes his or her own potential, can cope with the normal stresses of life, can work productively and fruitfully, and is able to make a contribution to her or his community]

A propósito, e apenas para dar exemplos, as relações afetivas e emocionais entre os idosos e o teatro também são inferidas numa revisão efetuada por Cutler (2009) acerca de projetos artísticos com pessoas idosas ou, no projeto multidisciplinar que Bernard et al. (2014) dirigiram, onde abordam a relação das pessoas mais velhas num teatro local.

4.2.1 Estímulo da Memória

Do conjunto de benefícios que se encontram associados à saúde mental na população sénior e à prática teatral, destacamos a melhoria das funções cognitivas e o bem-estar psicológico.

A dupla Helga Noice e Tony Noice tem-se evidenciado nessa área de investigação, através da publicação de uma série de artigos (H. Noice, Noice, & Graham, 2004; H. Noice, Noice, Perrig-Chiello, & Perrig, 1999; H. Noice & Noice, 2006, 2013) onde apresenta o seu trabalho de pesquisa. Estes autores tratam, especialmente, de processos cognitivos, afetivos e fisiológicos enquanto resultado da participação teatral. Nos últimos anos Noice & Noice têm revelado resultados de intervenções teatrais que incidem na melhoria da saúde cognitiva durante o processo de envelhecimento. A maioria dos resultados demonstra aumento da memória e reconhecimento, maior capacidade na resolução de problemas, bem-estar psicológico e criatividade.

Daqui, ainda podemos depreender que participar em atividades teatrais oferece a possibilidade de melhorar as capacidades cognitivas das pessoas mais velhas, porque o drama requer que os participantes sejam ativos ao invés de passivos.

Shaw (1989), numa comunicação mais remota, já referia que através da participação nesta atividade os seniores exercitam as suas capacidades mentais e encontram alguns objetivos para seguir em frente (p. 8). Também Thurman & Piggins (2008), no livro *Drama Activities with Older Adults: A Handbook for Leaders* afirmam que o drama criativo é um efetivo mecanismo para conhecer as necessidades psicológicas e emocionais dos idosos.

Por intermédio da nossa recolha e sucessivo tratamento de dados verificámos que a prática teatral influenciou diferentes aspetos relativos à saúde cognitiva dos elementos do Grupo de Teatro Sénior de Silves. A memória constitui um dos aspetos mais referidos

pelos participantes nos Grupos de Discussão 1 e 2, uma das expressões que mais observámos foi que “isto faz bem à cabeça”, como se pode verificar nas transcrições seguintes:

«fá-lo pensar e não deixando que a memória se vá apagando tão depressa» [GD1. L.369/370 (E)]

[o mais importante vai] «ao raciocínio, ao não esquecer, ao memorizar, ao tentar interagir com o outro, agora sou eu, não tenho que estar calado porque agora é ele, não, eu vou falar a seguir, portanto há aquela, aquela linha, aquele seguimento que tem que ser feito, mesmo» [GD1. L.401 a 404 (E)]

«Atividade mental, muito importante para mim é a atividade mental, o cérebro não parar, conseguir-se fixar, não se conseguem dizer aquelas palavras taxativas, mas há uma ou outra que substituiu, que ocorreu e substitui-se [...]» [GD1. L.406 a 408 (E)]

«Não ficar parado, o cérebro, sobretudo o cérebro» [GD1. L.413 (E)]

«Sim, sim, da cabeça mais leve, de, de, de ser puxada não é? De raciocínio da cabeça [...]» [GD1. L.441 (C)]

«Ajuda o cérebro, não perco a (...)» [GD2. L.52 (B)]

«puxam-nos pela nossa cabeça, somos obrigados a fixar» [GD2. L.59/60 (C)]

«Faz bem à memória» [GD2. L.93 (B)]

«Faz ao cérebro também, e ao cérebro. Para uma pessoa pensar melhor» [GD2. L.100 (E)]

«Tudo é bom, é tudo bom para a cabeça (...)» [GD2. L.178 (B)].

«Aqui é mais memória» [GD2. L.190 (F)]

«E aqui é a cabeça» [GD2. L.191 (D)]

«É a cabeça» [GD2. L.192 (G)]

«Aqui é mais a memória. A cabecinha é que tem que trabalhar mais» [GD2. L.194 (H)]

«(...) aqui é mais à cabeça, somos obrigados, a saber posições, a saber o texto, a saber quando se fazem os cruzamentos, quando se entra, quando se sai, tem que se estar a tempo, portanto, puxa-nos muito mais o cérebro, obriga-nos a pensar (...)» [GD2. L.215/218 (J)]

«Uma pessoa tem que decorar, tem que fazer por juntar... Agora entra este, daqui a bocado entra aquele, responde a seguir e isso trabalha-nos a mente» [GD2. L.223/224 (J)]

«Dá-me mais destreza, dá mais mais...» [GD2. L.286 (H)]

Creemos que estas observações clarificam a opinião dos participantes relativamente a esta questão. Já os três entrevistados, enquanto responsáveis da

implementação do Projeto de Teatro Sénior, reportam-se ao estímulo da memória nesta experiência, da seguinte maneira:

«(...) também a nível intelectual, porque eu tenho pessoas que me dizem “a minha mãe está muito melhor”, “desde que tive no teatro porque eu tive que fixar aqueles textos, e eu noto que hoje já não me esqueço” eu tive pessoas a dizer isto e nós não conseguimos comprovar, mas se as pessoas nos dizem, não é?» [E1. L.175 a 179] «É isso que nós acreditamos...» [E1. L.181]

«Facilita a memorização muitas vezes, a prática (...)» [E1. L.188]

«Não é só do texto é “do que é que eu tenho que fazer em palco”, “do que é que eu tenho que fazer em cena”» [E1. L.191/192]

«(...) foram estudando, foram lendo, foram marcando a sua memória, isso ativamente, eu não sei, não consigo perspetivar quanto é que isso lhes fez bem ou não, calculo que sim, calculo que lhes tenha feito bem, porque fazer esse exercício, garante pelo menos, sei lá, pelo menos algo orgânico em si que o faça prolongar a sua vida, creio que eu, não é?» [E2. L.190 a 194]

«Atividade intelectual, atividade intelectual naquela perspetiva que a cultura é tão ou mais importante que a prática desportiva (...)» [E2. L.370/371]

«Em termos intelectuais é gritante, não é...» [E2. L.399]

«Porque começaram a ler mais, primeiro começaram a ler mais, depois começaram a falar de outras coisas, ou seja, mudaram o seu âmbito de...» [E2. L.401/402]

«(...) a experiência do teatro seja para eles ou para outros de outras idades, a verdade é que, deixamos com a nossa mente sã, por exemplo, não é? E através da atividade teatral» [E3. L.62/63/64]

«(...) pelo facto de memorizar, de ter que... A criatividade de passar para o papel, para fazer um guião, para fazer a história, portanto tudo isso são atividades que desenvolvem a mente, seja superior ou inferior aos sessenta anos, estimulamos a nossa mente (...)» [E3. L.69 a 72]

«(...) aqui estas atividades proporcionam precisamente que haja um desenvolver destas apetências em termos cognitivos» [E3. L.77/78]

«(...) porque a nossa parte cognitiva começa a trabalhar muito menos porque estamos menos ativos e muitas vezes é deixado para trás o ler, o escrever, o ir buscar as nossas memórias, portanto, são tudo jogos que efetivamente em termos cerebrais que, que ajudam e que melhoram o aspeto cognitivo e acho que nestas idades é fundamental, não é, e ainda por cima com todas as doenças que temos aí a aparecer todos os dias o que precisamos mesmo é estimular o cérebro, isso aí não há a menor dúvida, e isso aconteceu aqui, não há dúvida, não é?» [E3. L.86 a 92]

«(...) para além do estímulo mental que é fundamental aqui, pela prática do teatro, pelo conhecimento que eles acabam por adquirir» [E3. L.279/280]

«Memória, tem que haver aqui o reavivar da memória, pelo facto de decorar de certa forma, os textos, portanto o principal benefício, quanto a mim, é realmente a nível cognitivo, é a estimulação cerebral que acontece aí, que muitas vezes nas práticas que se fazem com os idosos se deixa um pouco para trás, aqui... Deixa um pouco para trás nestas vertentes todas (...)» [E3. L.295 a 299]

4.2.2 Diminuição da Ansiedade

A diminuição da ansiedade foi outro dos fatores observado ao longo da prática teatral do GTSS. A ansiedade está inter-relacionada com a perda de memória e a sua presença é um forte preditor do declínio cognitivo (Sinoff & Werner, 2003).

Os transtornos de ansiedade são o problema de saúde mental mais prevalente na Europa em todos os grupos etários, estima-se que sejam afetados 69,1 milhões de indivíduos (Purebl et al., 2015; Wittchen et al., 2011). O *European Study of the Epidemiology of Mental Disorders* (ESEMeD) indica ainda que o humor e a ansiedade têm sido os transtornos mais generalizados ao longo da vida (Girolamo, Alonso, & Vilagut, 2006). No documento de apresentação *The natural course of Anxiety Disorders in the elderly: A Systematic Review of Longitudinal Trials* constatamos que os transtornos de ansiedade são uma doença comum nos idosos e com um peso considerável na despesa social e na qualidade de vida das pessoas (Sami & Nilforooshan, 2015). Considerando este cenário, entendemos melhor que a ansiedade nos idosos aumenta o risco de doença física, o declínio cognitivo, os problemas de memória e reduz a qualidade de vida (Miller, 2009; Sinoff & Werner, 2003).

Ainda que se torne claro que os transtornos de ansiedade são uma das doenças mentais mais comuns nos seniores, estes têm carecido quer de atenção científica, quer da recomendação e/ou aplicação de estratégias para os inverter. Não é o caso de Lenze & Wetherell (2011) que recomendam um conjunto de “oito regras” para utilizar com pessoas idosas (e também com jovens) que sofrem de transtornos de ansiedade, as sugestões apoiam-se em dados empíricos e experiências clínicas.

Em relação a projetos artísticos direcionados à comunidade sénior e que tal como nós perceberam que o seu programa poderia ser eficaz na redução da ansiedade, damos como exemplo, a equipa do projeto *Good Times: Art for Older People at Dulwich Picture Gallery* que, observou regularmente participantes tensos e ansiosos tornarem-se calmos e relaxados (Harper & Hamblin, 2010, p. 16). Em termos da atividade teatral conferimos que Davis (1985)⁷³ numa iniciativa de teatro com um grupo de idosos registou mudanças positivas no que respeita à ansiedade dos participantes.

⁷³ Davis, B. W. (1985). The impact of creative drama training on psychological states of older adults: an exploratory study. *The Gerontologist*, 25, 315–321. Citado em T. Noice et al. (2013).

Da nossa parte, os dados revelam, principalmente, distração de situações difíceis ou esquecimento dos problemas da vida, alívio do *stress* e sentimentos de leveza, relaxamento, assim como a diminuição da medicação. Há uma série de informações que nos permitem inferir que os participantes beneficiaram de momentos de descontração, o que conduziu à diminuição do seu estado ansioso.

«O teatro serve para me distrair de, passar um momento, distrair de stress, etc.» [GD1. L.305 (M)]

«Porque não estou sempre a pensar na minha vida, nem em mim, venho pr`aqui deixo essas coisas de parte e sinto-me bem» [GD1. L.321/322 (K)]

«Para deixar a minha cabeça mais, mais, mais pesada por um lado, mas mais leve por outro, enfim» [GD1. L.438/439 (C)]

«Dá-me, dá-me, dá-me sei lá, assim um mais à vontade um bocadinho, para pôr-me assim mais [gestos com as mãos: alívio, livre], não ficar assim tão [gestos com as mãos: apertada, presa]» [GD1. L.452/453/454 (C)]

«[...] tenho montes de coisas em cima da minha cabeça e isto faz-me muito esquecer o meu stress» [GD1. L.458/459 (C)]

«Eu sou muito nervosa também, enquanto eu tou aqui, enquanto eu tou aqui, tou pensando nisto, não tou pensando em mais nada» [GD2. L.96/97 (C)]

«A mim faz-me esquecer um pouco os problemas da vida» [GD2. L.98 (D)]

«E se eu não ter uma coisa assim para mim me esquecer outras coisas, para mim estar assim de outra maneira, com as minhas colegas, assim, pois, seria pior para mim» [GD2. L.103/104/105 (F)]

«[...] enquanto estou por aqui, estou bem» [GD2. L.108 (F)]

«Esquece-se de tudo um pouco (...) das coisas que passam lá fora» [GD2. L.193 (C)]

«Esquece tudo...» [GD2. L.197 (E)]

«Esquece tudo» [GD2. L.198 (A)]

«Já não tomo comprimidos para os nervos, e se tiver em casa, tenho que ir tomar porque estou nervosa» [GD2. L.200/201 (A)]

«É para o stress» [GD2. L.204 (H)]

«Sim, ficamos mais... [gestos de descontração]» [GD2. L.207 (H)]

«Se estou parada pode-me vir alguma depressão nervosa, assim ando olhando aqui, ando ali. As pessoas dizem que eu ando em todas [riso]» [GD2. L.294/295 (I)]

«Porque eu também sou muito nervosa e estou sempre em casa, nunca saio, e assim pelo menos tenho esta ocupação...» [GD2. L.309/310/311 (C)]

Parece que a sintomatologia ansiosa e a depressão coexistem frequentemente, e alguns dos testemunhos do grupo deixam intuir a correlação. A equipa do Projeto de Teatro Sénior não fez referência direta à diminuição da ansiedade. Porém, expôs contributos relativamente à melhoria do ânimo dos participantes, nomeadamente sentimentos de alegria e felicidade – o que nos consente subentender que a prática teatral pode ajudar a minimizar eventuais estados depressivos.

«(...) Ficam alegres, nós... E cada vez que me vêem, cada uma delas, não é, porque... Falam sempre é do teatro (...)» [E1. L.194/195]

«Nestas idades acima de tudo é a alegria (...)» [E1. L.205]

«(...) porque se sentiam felizes em vir para cá, não faltavam e faziam... É nesse sentido que eu acho que elas se sentem alegres, alegres!» [E1. L.212/213]

«E quando nós começamos a dar minutos de palco aos pezinhos da malta, elas começam a vibrar e são comedidas [invadidas?] de uma energia que o palco transmite, não é, raízes a dentro e crescem qualquer coisa dentro do seu corpinho, independentemente da idade que lhes dá outra, que lhes dá outra vida» [E2. L.248 a 252]

«(...) que lhes dá mais vontade, saem daquela desprovida depressão, querem coisas!» [E2. L.659/660]

4.2.3 Espontaneidade e Autoconfiança

As atividades artísticas proporcionam um espaço social, criam uma zona interpretativa em que os intervenientes não só aprofundam conhecimento de si e dos outros, abrindo caminhos para a compreensão de ações e acontecimentos, como múltiplas vias para a expressão dos mesmos. O desenvolvimento das faculdades expressivas é um processo inerente à atividade dramática, que por sua vez ativa e fortalece a espontaneidade nas pessoas que a praticam. Para contextualizar o papel da espontaneidade dentro do universo teatral recorreremos inevitavelmente ao trabalho de Viola Spolin, que nos esclarece o seguinte:

Através da espontaneidade somos re-formados em nós mesmos. A espontaneidade cria uma explosão que por um momento nos liberta de quadros de referência estáticos, da memória sufocada por velhos fatos e informações, de teorias não digeridas e técnicas que são na realidade descobertas de outros. A espontaneidade é um momento de liberdade

pessoal quando estamos frente a frente com a realidade e a vemos, a exploramos e agimos em conformidade com ela. Nessa realidade, as nossas mínimas partes funcionam como um todo orgânico. É o momento de descoberta, de experiência, de expressão criativa. (Spolin, 2001, p. 4)

O teatro favorece condições especiais para o exercício da expressão, servindo, pois, de veículo para expressar sentimentos reprimidos ou até inaceitáveis (Shaw, 1989, p. 9). À medida que decorre este processo as pessoas tornam-se naturalmente mais espontâneas e autoconfiantes. No decurso do trabalho, os participantes do Grupo de Teatro Sénior de Silves foram revelando mais espontaneidade e autoconfiança. A autoconfiança é um fator que os artistas adquirem através da participação no teatro (Shaw, 1989, p. 8). Elementos do nosso grupo transmitiram que se foram sentindo mais à vontade, mais soltos e confiantes.

«Ensinou-nos a soltar-nos. Nós estávamos presos, e ensinou a soltar-nos, pronto, é isso» [GD1. L.170/171 (F)]

«[...] Mais abertas num sentido» [GD1. L.251 (G)]

«Eu até estou a ficar aberta demais» [GD1. L.253 (H)]

«Ficámos mais abertas. Mais aberta, não ter vergonha nenhuma de entrar, de falar» [GD1. L.345 (B)]

«Confiança, pois. Ter mais confiança em mim. Se correu bem desta vez, a outra já deve correr melhor, penso eu» [GD1. L.347/348 (B)]

«não ter vergonha, não pensar “ah vou para o palco, as pessoas fazem pouco ou que não”» [GD1. L.353/354 (B)]

«da gente sentir-se à vontade no palco. Ouvir as pessoas a rirem e dizerem coisas, e a gente pensar assim, se calhar acharam bem feito, nem que achem mal, mas se a gente ouve a rir, ficamos satisfeitos». [GD1. L.355/356/357 (C)]

«Estamos mais à vontade com o público.» [GD2. L.24/25 (C)]

«Porque sente-se mais... Sei lá, mais à vontade... [gestos de dentro para fora do peito]» [GD2. L.249/250 (A)]

«O não ter vergonha de enfrentar este ou aquele, dá-me mais... A pessoa solta-se mais, sou uma pessoa um bocado mais solta, sou capaz, também sou capaz de enfrentar [gesto para a frente], se for preciso dizer qualquer coisa em público. Antigamente talvez não fosse capaz, tanto, tanto, e hoje se for preciso falo.» [GD2. L.286/290 (H)]

A confiança é um fator importante em todas as fases da vida, mas numa fase mais avançada deste ciclo podem existir perdas significativas da mesma, pelos mais diversos motivos relacionados com o processo de envelhecimento e com os seus constrangimentos. O que nos leva a crer que a promoção da autoconfiança nas pessoas mais velhas assume especial importância.

Neste sentido, e sendo o teatro uma arte coletiva por natureza, acrescenta notar que «tomar parte numa ação coletiva que melhore as coisas aumenta tanto a capacidade, como a confiança das pessoas para lidar com as suas próprias dificuldades» (Godfrey et al., 2004, p. 216).

4.3 Socialização

4.3.1 A Importância do Convívio e a Diminuição do Isolamento

A triangulação dos dados obtidos através do trabalho realizado pelo GTSS confere elevada importância ao convívio e consequentemente à redução do isolamento, particularmente nas pessoas viúvas.

De facto, à medida que os indivíduos envelhecem, muitos vão perdendo oportunidade de se relacionar com outras pessoas e, assim, de partilhar as suas experiências de vida (Feldman et al., 2011). É por isso que Susan Feldman e a sua equipa consideram que as atividades teatrais são fundamentais para a saúde e para o bem-estar dos idosos (p. 896). Boyer (2007)⁷⁴ indica que o envolvimento em atividades artísticas pode ajudar a estabelecer um sentido de identidade e comunidade - aumentar as competências de socialização e melhorar a qualidade de vida. Na mesma linha o documento *Local Authorities + Older People + Arts = A Creative Combination*, além de expôr muitos outros benefícios sobre as atividades artísticas, afirma que as «artes são importantes para as pessoas idosas, isoladas e solitárias porque estabelecem uma efetiva ligação com a comunidade, abrangendo várias gerações» (Cutler, 2013, p. 3).

⁷⁴ Boyer, J. (2007). *Creativity matters: The arts and aging toolkit*. New York: National Guild of Community Schools of the Arts. Citado em Rollins (2013).

O teatro, enquanto campo ancestral de socialização (Bidegain, 2011, p. 85), é uma atividade que favorece a relação com o outro a um nível distinto, especialmente, pela implícita necessidade de envolvimento individual e coletivo subjacente ao processo. Logo, esta característica social que lhe é inerente promove uma qualidade de convívio, que nos parece difícil atribuir a outras atividades, artísticas ou não, essencialmente, porque o veículo de trabalho somos nós, ou seja, cada ser humano que participa. Além disso, ao mesmo tempo que tem oportunidade de se ver, de se rever e de ser visto, o participante é levado a tomar consciência da realidade e, nessa senda, a transformá-la.

Pelos motivos atrás enumerados, consideramos que existe um elevado grau de envolvimento social no exercício do teatro, embora este grau possa ser maior ou menor de acordo com a metodologia e/ou processos utilizados. Tendo em conta esta dimensão, importa dizer que a literatura sugere que o envolvimento social desempenha um papel fundamental na diminuição da solidão, mantendo a satisfação com a vida e melhorando os resultados de saúde.⁷⁵

No que diz respeito aos predicados da socialização no Grupo de Teatro Sénior de Silves, os participantes salientaram a importância do convívio e aludiram à diminuição do isolamento. Sobre a relevância do convívio, confira-se os seguintes passos:

«O mais importante vai ao convívio» [GD1. L.401(E)]

«E o convívio, o convívio, sim.» [GD1. L.415 (E)]

«[...] da gente ser puxados uns pelos outros, do convívio.» [GD1. L.442 (C)]

«O convívio é tudo.» [GD1. L.444 (D)]

«é uma maneira de uma pessoa contactar com os colegas.» [GD2. L.47 (A)]

«nos fazem conviver» [GD2. L.59 (C)]

«e a conviver e a contracenar com outras pessoas.» [GD2. L.60 (C)]

«(...) e o convívio (...)» [GD2. L.178 (B)]

«É diferente por, a gente estamos aqui no convívio, aprende-se muitas coisas...» [GD2. L.187 (C)]

⁷⁵ Marmot, Steptoe. Introduction – the dynamics of ageing: evidence from the English longitudinal study of ageing 2002–2010. London: The Institute of Fiscal Studies; 2012. p. 3–6. Citado em Price & Tinker (2014, p. 282).

A última citação evidencia a consciência da relação entre socialização e aprendizagem.

Por outro lado, o estudo realizado por Cabral & Ferreira (2013), sobre a realidade portuguesa, deixa compreender que as relações interpessoais são fundamentais para o bem-estar e para o sentimento de felicidade das pessoas e que tanto a frequência de contactos como a qualidade destes são determinantes para os dois sentimentos (p. 118).

Uma das responsáveis pela implementação do Projeto de Teatro Sénior faz ainda alusão a «(...) todo o convívio que advém daí, a partilha...» [E3. L.235]. Ora, desta maneira, compreende-se que a convivência no grupo de teatro ajude a minimizar sentimentos de solidão e de isolamento em alguns elementos do GTSS:

«puxar as pessoas e não sei quê, falo por mim, agora, pois, estou viúva há ano e meio, fiquei sozinha, se não fosse puxada, pois para mim eu ficaria ainda pior e ficaria mais isolada e não sei quê, e andando assim nestas andanças esquece muita coisa. Encaro melhor» [GD1. L.427 a 430 (C)]

«Eu acho importante, porque eu também sou viúva, faz-me bem andar assim na ginástica, no teatro, é uma experiência bonita para mim» [GD1. L.487/488 (J)]

«Porque são desafios que nos tiram de casa» [GD2. L.59 (C)]

«Estamos sempre metidas em casa pensando na casa, temos que arrumar a casa, temos que estar ali, assim enquanto a gente sai lá de casa esquecemos a casa. Não estamos sempre (...)» [GD2. L.94/95/96 (C)]

«Por exemplo, eu estou em casa o tempo todo, sempre a mesma coisa» [GD2. L.195 (A)]

Impulsionar os idosos a sair de casa para participar numa atividade artística que promove a integração social; reduz o isolamento; fazendo deles protagonistas dessa ação – são afirmações dos dinamizadores do projeto:

«(...) a integração no grupo (...)» [E1. L.205]

«(...) mas também a integração do grupo (...)» [E1. L.208]

«(...) porque nós conseguimos tirar idosos de casa que muitas vezes estão isolados, porque simplesmente gostam de vir ao teatro, nem vamos falar daqueles que o fizeram, não é, daqueles que estavam a atuar, porque vêm pessoas que nunca têm vindo ao teatro, vêm, porque vêm ver uma vizinha, no caso dos idosos, não é, porque são muito apegados aos vizinhos, aos familiares...» [E1. L.275 a 279]

«(...) estas pessoas que estavam agarradas em casa a ver televisão e à espera que lhes acontecesse qualquer coisa, começaram elas a ser o elo ativo desta coisa toda, e pelo facto de serem o elo ativo, eram eles também os principais atores da coisa (...)» [E2. L.177 a 180]

Para Thurman & Piggins (2008) o simples facto de estarmos juntos num grupo de teatro, incentiva a interação, ajuda a aliviar sentimentos de isolamento, solidão e depressão. Confluindo com o exposto, cremos, à semelhança de Miguel (2012), que as oficinas de teatro com idosos «estimulam a convivência, a socialização e o protagonismo, agentes fundamentais na criação de espaços que contribuam para a preservação da identidade do idoso e para a sua articulação com os assuntos da contemporaneidade, estimulando a sua relação com o mundo (p.7)».

A correlação dos dados por nós recolhidos com outros projetos dedicados à temática do teatro e do envelhecimento permite-nos inferir que a socialização é um dos grandes contributos do teatro para a promoção do envelhecimento ativo e criativo.

4.4 Cooperação

Na sequência do exposto no ponto anterior, a experiência teatral proporciona aos idosos a oportunidade de trabalhar em grupo, esta experiência requer a colaboração de todos os participantes, isto é, implica um trabalho cooperativo. Como acima referimos, há momentos em que estes cidadãos ficam isolados, portanto, uma atividade de natureza social que possibilite a cooperação, a organização e a amizade através do funcionamento coletivo faculta aos seniores uma nova rede de pares (Shaw, 1989, p. 8). E de certa forma já deixámos prenúncios de que, «a existência de relações que ligam as pessoas e que respondem a uma ampla variedade de necessidades, físicas, sociais, intelectuais e emocionais – são um elemento fundamental de toda a vida social (Godfrey et al., 2004, p. 138).

Dois dos responsáveis pela dinamização do Grupo de Teatro Sénior de Silves, identificaram esta componente social através do sentido de grupo e do vínculo, da identificação, tal como da orgânica que se estabeleceu entre os participantes:

«(...) havia ali um vínculo e a identificação de um grupo, havia um grupo formado e as pessoas estavam preocupadas sempre, entre elas» [E1. L.240/241]

«(...) fazem parte de um grupo e o seu grupo tem uma orgânica própria e elas são a parte dessa orgânica, ou seja, são um braço, uma perna, são o coração, são o pulmão, sejam o que for, mas o grupo todo é um corpo e elas fazem parte, são um órgão desse corpo...» [E2. L.256 a 259]

No seio do grupo as manifestações de cooperação, companheirismo e interajuda, entre participantes, revelaram-se logo após o término da primeira fase de trabalho, no Grupo de Discussão 1:

«Mas nós não abalamos daqui, os que tão aqui ninguém abalou!» [GD1. L.62 (F)]

«Assim é que é! [gesto de companheirismo, levando a mão à perna da colega]» [GD1. L.217 (K)]

«somos todos bonitos [...] no que vier somos todos bonitos» [GD1. L.264/265 (L)]

«A camaradagem e tudo» [GD1. L.479 (I)]

«Assim é que é, assim é que é [colega volta dar-lhe apoio, e dá-lhe umas palmadinhas na perna]» [GD1. L.324/325 (L)]

«E é sempre o meu objetivo, faço tudo para ajudar, para que tudo corra bem» [GD1. L.329/330 (M)]

«dá-lhe companheirismo, dá-lhe interação uns com os outros, eu acho que isso é muito, muito importante nas nossas idades» [GD1. L.370/371/372 (E)]

Em nosso entender, o sentido de cooperação que o GTSS desenvolveu proveio dos importantes fatores acima enumerados. A partir da atenção que prestámos a estes aspetos, notámos que por via da cooperação, tanto a experiência criativa, como as relações afetivas e os vínculos interpessoais estabelecidos também favoreceram o desenvolvimento da empatia entre os participantes.

4.4.1 Empatia

A empatia tem sido definida como uma característica e uma experiência, assim como um processo afetivo, cognitivo e comunicativo.⁷⁶ Para introduzir o conceito no âmbito da nossa investigação recorreremos ao artigo *Beyond Role-Playing: Increasing Counselor Empathy Through Theater Exercises* porque, além de definir empatia como um estado e uma característica, analisa a utilização de exercícios teatrais no desenvolvimento da empatia. Por essa razão, apoiámo-nos na definição do termo sugerido

⁷⁶ Duan, C., Rose, T. B. & Kraatz, R. A. (2002). Empathy. In G. S. Tryon (Ed), *Counseling based on process research: Applying what we know*. (p. 197-231). Boston: Allyn & Bacon. Citado em Bodenhorn & Starkey (2005).

pelas autoras, que o utilizam para «fazer referência a uma característica humana ou como uma capacidade nativa de sentir e compreender o estado emocional de outras pessoas» (Bodenhorn & Starkey, 2005, p. 18). Explicam que, teoricamente, este constructo não pode ser ensinado, mas que em concordância com Kunyk & Olson (2001) o desenvolvimento da empatia pode ser reforçado e refinado através da imaginação e da criatividade.

Seguindo estas ideias, deparámo-nos com as considerações de Terry Smyth, que embora as desenvolva no campo da enfermagem, provê informações que fundamentam a empatia no presente estudo, através da abordagem que faz da criatividade, da imaginação e de determinados reflexos da experiência estética na empatia. No seu trabalho, que não é recente, Smyth (1996, p. 933) sugere que «não existem só pontes conceptuais entre os campos da experiência estética e da empatia, mas que as artes tanto podem enriquecer a nossa compreensão da empatia, como das relações humanas em geral e, possivelmente aumentar a nossa capacidade de empatia».

Mais recentes são os resultados de Kruger et al. (2003)⁷⁷ na área do teatro, indicando que a exploração da perspetiva dos outros através das artes dramáticas pode treinar competências da empatia, de modo mensurável.

No nosso estudo de caso, desde o início das Observações (marcadas pela dinamização das Sessões de Acompanhamento e Apoio à Prática Teatral do GTSS⁷⁸), que vínhamos a perceber o desenvolvimento desta característica nos participantes. Depois notámo-la através da Análise dos Registos Audiovisuais, e por fim, através das revelações efetuadas durante os grupos de discussão, mormente, no Grupo de Discussão 2:

«São tudo boas pessoas, aquilo é uma excelente senhora que está ali, tem paciência (...)» [GD2. L.79/80 (D)]

«Somos uma família» [GD2. L.106 (G)]

⁷⁷ Kruger, A. C. Samuelson, P., Kapsch, L., Flanigan, G., & Harris, K. (April, 2003) Experience in dramatic writing promotes empathy. Paper presented at the Meeting of the Society for Research in Child Development, Tampa, FL. Citado em Bodenhorn & Starkey (2005).

⁷⁸ As primeiras sessões de acompanhamento do Grupo de Teatro Sénior de Silves decorreram entre os meses de abril e junho de 2014, correspondendo às Fases 1 e 2 deste trabalho de investigação - momento em que iniciámos a nossa participação nas sessões de prática teatral com o GTSS, as quais tivemos oportunidade de dinamizar. Posteriormente, realizámos outras sessões de acompanhamento do grupo (Fase 3 – novembro/dezembro de 2014 e Fase 4 – julho de 2015), estas últimas correspondem principalmente à aplicação de técnicas de recolha de dados (grupos de discussão 1, entrevistas individuais e grupo de discussão 2).

«Somos uma família. Tudo unido» [GD2. L.107 (E)]

«(...) sermos amigos, somos colegas de ginástica, também temos que ser aqui tudo na paz» [GD2. L.178/179 (B)]

«Isto é tudo gente boa, sinto-me à vontade com eles, com elas, com ele, com elas, não tenho problemas» [GD2. L.305/306 (A)]

«Sim, nós entendemo-nos, respeitamo-nos. Se houver uma palavra que se diga, não levam assim a mal. Por exemplo, estar a chamar burra ali na peça, a ideia nem foi nossa, que eu era incapaz de chamar burra a alguma colega...» [GD2. L.320/321/322 (E)]

«(...) nós entendemo-nos bem e as pessoas não levam a mal qualquer coisa que se possa dizer» [GD2. L.326/327 (E)]

Estes sentimentos de afeição, que revelam aspetos empáticos entre os elementos do grupo, aprofundaram-se através do processo criativo desenvolvido durante as sessões de prática teatral que, como já demos a entender, é um processo que exige a cooperação de todos, e encontra fundamento nas funções sociais do teatro.

Salientamos a consideração dos participantes no que respeita à “família”, como é exemplo: «Somos uma família. Tudo unido». [GD2. L.107 (E)] Julgamos que este forte sentido de união tem uma inequívoca relevância para a fase da vida em que se encontram os elementos do grupo, podendo aumentar a confiança e em consequência os seus níveis bem-estar.

Sabemos que o sentido de família entre pessoas de um grupo de teatro é relativamente comum, mas esclarecemos que o mesmo também é válido no caso dos grupos de teatro sénior. Por exemplo, Bonnie Vorenberg (2007, p. 16) menciona que os membros do seu grupo de teatro dizem-lhe frequentemente «sabe Bonnie, nós somos uma família». Noutra publicação, Vorenberg (2011) conta ainda o seguinte:

Os participantes seniores estabelecem um vínculo com o seu teatro. Embora existam muitos benefícios físicos, mentais, culturais, emocionais e espirituais que advêm da participação teatral – o social é o mais forte. O *esprit de corps* reina de forma suprema! O teatro e os seus companheiros seniores tornam-se uma “família”. (p. 20)

Esta autora, na qualidade de figura maior do teatro sénior (nos E.U.A.) diz ainda, a propósito da manutenção do equilíbrio entre trabalho e diversão, que tem que haver um sentido de diversão e camaradagem para o Teatro Sénior estar no seu melhor. Muito

trabalho desencoraja a participação e muita diversão prejudica a qualidade (Vorenberg, 2007).

Assim, cremos que a prática deste tipo de atividade cria um espírito de comunidade⁷⁹ e uma atmosfera de camaradagem entre os participantes. Estes fatores de índole social que, por sua vez, desencadearam a cooperação por via da experiência criativa, promoveram um espaço afetivo que contribuiu para o desenvolvimento das relações de empatia no grupo.

4.5 Envolvimento Pessoal e Compromisso com a Vida

O Grupo de Teatro Sénior de Silves demonstrou um considerável nível de envolvimento pessoal ao longo dos vários meses em que a atividade decorreu, simultaneamente verificámos que os elementos do grupo estabeleciam um novo compromisso com a vida.

De facto, à luz de Cohen (2006), os programas artísticos são importantes só por si, na medida em que promovem um envolvimento sustentado através do seu encanto e proficuidade. «Mantêm os participantes envolvidos, semanas após semanas, permitindo que sejam alcançados efeitos positivos. Outro tipo de atividades e exercícios físicos não produzem este elevado nível de envolvimento e, deste modo, esta sustentável qualidade» (p. 11).

A equipa que coordenou o GTSS sobrelevou a questão do envolvimento dos participantes na prática teatral, quer pelas especificidades relativas ao vínculo e à identificação que a prática promove, quer pelo compromisso que estabelece. Ressaltou a importância deste último, uma vez que nesta fase da vida a ausência de compromissos conduz frequentemente à perda de sentido e/ou significado da vida.

Além disso, constatou que tão significativo envolvimento não costuma ocorrer com outras atividades. Vejamos os seus depoimentos:

⁷⁹ No estudo de Pyman & Rugg (2006) que não obstante, inclui entrevistas com participantes e responsáveis, tal como o nosso – há evidência que o teatro sénior e o envolvimento dramático promove, para além do aumento de competências, a confiança e as relações sociais, assim como o espírito de comunidade.

«(...) e sentimos que as pessoas estavam, em todas as freguesias, muito envolvidas com isto, porque era algo delas, as próprias histórias delas» [E1. L.56/57/58]

«(...) que sentissem que isto foi importante para eles (...)» [E1. L.175]

«(...) de se sentirem úteis, porque elas ali sabem que o papel delas, não podem falhar, porque elas são, são importantes naquele dia, naquele papel do ensaio, no dia do ensaio, no dia da estreia (...)» [E1. L.205/206/207]

«(...) porque quando falamos do envelhecimento ativo, seja físico, seja intelectual, acontece muito, só que muitas vezes eu sinto é que estes grupos são desfasados, as pessoas sentem-se muitas vezes perdidas, estão lá por estar, e aqui não aconteceu isso, as pessoas estavam porque queriam, porque se identificavam, porque gostavam (...)» [E1. L.208 a 212]

«(...) mas acima de tudo o compromisso que elas sentiram com isto também, porque nestas fases as pessoas sentem-se muito “vou por ir”, “vou...”, vão a certas coisas se lhe apetecerem, “vou porque, para eu não estar sozinha” e aqui muitas vezes era o compromisso que deixam de ter quando passam da idade ativa para a idade da reforma e sentiam muitas vezes este compromisso, esta forma, tinham que estar e estavam porque queriam» [E1. L.224 a 229]

«(...) com um compromisso, com um vínculo que tinham que estar, porque faziam falta, porque gostavam, porque se identificavam, porque estavam com o grupo, porque o grupo sentia a falta delas se elas não estivessem, que não acontece noutras atividades, não é?» [E1. L.234 a 237]

«(...) penso que foi o envolvimento, se as pessoas estavam tão envolvidas no projeto, porque são seis meses intensos (...) [E1. L.371/372] (...) o teatro tem muito tempo de antecedência para preparar e as pessoas vão para casa, vão para à dos filhos, vão para à dos vizinhos, vão falar, é essa parte...» [E1. L.377/378/379]

«Mas o envolvimento, o envolvimento, lá está, requer aquela história da assiduidade, do compromisso, tudo isso fez com que as pessoas estivessem envolvidas. Todas as semanas elas vinham cá, o compromisso de estudar o papel em casa, não é, prepararem as roupas, foi tudo preparado por elas, nós não preparamos nada disso, a não ser carregar algum material do cenário, mas houve um envolvimento que, nas outras...» [E1. L.392 a 396]

«(...) chegaram àquela fase em que já não tinham o compromisso, de... E o teatro faz com que isso aconteça, não é. Em que se estabelece ali um contrato “nós temos que colocar esta peça em cena”; “nós temos que dar o nosso melhor”; “eu não posso desistir, porque se eu desistir, vou estar a colocar em causa o trabalho do grupo”» [E3. L.438 a 441]

«(...) porque já não estão ativos no trabalho, assim dizendo, isto passa a ser aqui um compromisso, porque a partir de um momento em que temos um grupo, em que há uma história, há um compromisso de levar a peça até ao final (...)» [E3. L.443/444/445]

Encontramos nas transcrições acima outro aspeto importante, que diz respeito à questão do envolvimento pessoal se estender à rede social dos participantes, como a família, os amigos ou os vizinhos. O que, para além de incluir as suas demandas pessoais, favorece a sua inclusão social. É desta maneira, que a prática teatral:

vai além de seus encontros e ensaios, ela se estende ao cotidiano do idoso, permitindo que este reflita e interaja com os demais sujeitos da sociedade, mantendo-o ativo socialmente na busca por suas necessidades pessoais, engajado nos temas da contemporaneidade, o que permitirá sua socialização com pessoas de outras faixas etárias, de forma a não segregá-lo. (Miguel, 2012, p. 13)

4.5.1 Significado e Sentido

Percebemos que o envolvimento pessoal do grupo estava relacionado com o significado que a experiência teatral produzia nos participantes, isto é, a restituição de um propósito ou de um sentido à vida, que por sua vez fora reforçado através do compromisso. Este “sentido” também pode ocorrer porque, segundo as ideias de Thurman & Piggins (2008), o teatro legitima os sentimentos dos intervenientes, e para além disso, o contacto humano pode ajudar a despertar sentimentos de envolvimento. Em suma, as autoras defendem que «o teatro ajuda a encontrar de novo um sentido» (p. 5). O que realmente se confirma no nosso Grupo de Discussão 1:

«Faz com que a vida também tenha mais, mais sentido» [GD1. L.455 (E)]

«Mais sentido, porque a vida para mim tem pouco» [GD1. L.456 (C)]

À semelhança dos nossos dados, Lipscomb (2012) recorda que os intervenientes dos grupos de teatro sénior - afirmam frequentemente que o seu envolvimento lhes proporciona um novo impulso à vida (p. 137).

Por outro lado, o compromisso e a responsabilidade, que os elementos do GTSS assumiram perante o teatro, permitiu-lhes recolocar facetas das suas funções sociais, reposicionando parte do seu papel na comunidade.

O compromisso e/ou a responsabilidade são evidentes no discurso do grupo:

«O estímulo, sim, sim, aquela preocupação de fazer aquilo [...]» [GD1. L.446 (C)]

«é uma responsabilidade. Comprometi-me, e então tinha que vir, mesmo que tivesse trabalho ou não tivesse, neste dia tinha que vir» [GD2. L.50/51 (A)]

«Ai tenho de ir aquela hora, tenho de estar aquela hora. Portanto, enquanto não [...] de casa, aqui tou bem, com gosto, pronto. E tantas vezes com dificuldade que eu desço a ladeira, eu e Deus é

que sabe. Eu e Deus, mas como faço com gosto, tou aqui sempre. Seja no que for, enquanto estas andarem [referência às pernas] sigo o meu caminho» [GD2. L.52 a 56 (B)]

«É uma responsabilidade» [GD2. L.220 (F)]

«Temos um papel que de hoje a um ano, não é... Repetir outra vez uma peça bonita...» [GD2. L.251/252 (E)]

«Sim, a responsabilidade, a responsabilidade...» [GD2. L.259 (A)]

«A responsabilidade» [GD2. L.312 (D)]

«O compromisso. É como nós irmos à missa, temos aquela coisa de ir à missa aos domingos. Se não for, eu principalmente, se eu não for já não fico bem, já não fico bem. Fico nervosa, e porque é que eu não fui, e porque é que assim, e porque é que assado, e assim, assim distraio» [GD2. L.315 a 318 (C)]

À primeira vista, poderíamos ser induzidos a pensar que estes seriam fatores de tensão e/ou de *stress*, tendo em conta que grande parte dos indivíduos da sociedade pós-moderna vivem sob altos níveis de pressão e sofrem de angústia, precisamente pelo excesso dos mesmos. Mas, o que constatámos, no caso do nosso grupo de idosos, é que sucede exatamente o inverso. Ou seja, as pessoas mais velhas, desvinculadas de compromissos profissionais, muitas vezes de responsabilidades familiares e de outras atividades sociais, deixam de encontrar motivos ou sentido para vida. Desvanecendo-se progressivamente o essencial, o seu ânimo. É por isso que o compromisso, a que se referem, não lhes consome “Vida”, mas pelo contrário, restitui-lhes.

Por conseguinte, entendemos que o envolvimento dos idosos nesta prática artística fortalece a determinação necessária para vencer dificuldades, ao mesmo tempo que promove a criação de objetivos. Neste âmbito, Rollins (2013) acrescenta que o «envolvimento artístico ajuda os indivíduos não só a aprender novas competências, mas também pode ajudar a modificar as perceções sobre si, sobre os outros e sobre o mundo que os rodeia» (p. ix).

Deste modo, parece-nos, que tais circunstâncias podem reforçar o compromisso dos seniores com a vida.

4.6 Valorização e Reconhecimento

A valorização pessoal foi outro dos aspetos que identificámos nos intervenientes do grupo, a par do reconhecimento que obtiveram através da apresentação do seu trabalho cénico.

O reconhecimento que a comunidade manifestou foi muito gratificante para os seniores que integraram o Grupo de Teatro Sénior de Silves. E por outro lado, acreditamos que este também contribuiu para a desmistificação do estigma associado à velhice.

4.6.1 Valorização Pessoal

A valorização pessoal que inferimos, não é por certo uma particularidade isolada que resulta da prática teatral, mas é consequência de um conjunto de outros fatores que já aqui indicámos, como são exemplo as dimensões participativas ou sociais do teatro, que por seu lado contribuem para a valorização e realização pessoal. A este respeito, apontam Cabral & Ferreira (2013) que,

O tempo passado com os outros, sejam familiares, amigos, vizinhos ou colegas; as actividades feitas em conjunto; e a rede social em que cada pessoa se insere podem gerar apoio material ou emocional em momentos de necessidade, assim como proporcionar oportunidades de realização pessoal (...). (p. 118)

Alguns participantes do GTSS mencionaram a sua experiência teatral como um “prazer” ou como um “valor”, indicando-a até como um “sonho”. Estes sentimentos influenciam a valorização pessoal e podem melhorar a autoestima dos seniores que deles desfrutam. O estudo qualitativo de Pyman & Rugg (2006) com oito membros de uma companhia de teatro comunitário (todos com pelo menos 60 anos) também revelaram, entre outros aspetos, melhorias em termos de autoestima e prazer/desfrute.

A partir das suas vivências pelas lides do teatro, o nosso grupo manifestou o seguinte:

«foi um prazer, foi um valor, foi a primeira vez que entrei num palco a fazer esta cena, não é? E para mim foi uma admiração, nunca pensei de chegar a tal ponto, não é?» [GD1. L. 272/273/274 (M)]

«E estou contente das pessoas que me observaram e receberam-me bem» [GD1. L.289 (M)]

«esta idade que tenho, vivi aqui na cidade, fui criado aqui e tudo, conheço bem os costumes e cheguei a entrar aqui quando era rapaz, fui sócio da Sociedade. Bailar aqui, nunca tive essa oportunidade, não sabia era serrenho, bom... [risos] Anos mais tarde, venho entrar aqui no mesmo lugar a fazer uma peça de teatro, isso para mim é um prazer, é... [...] Eu nunca pensei! Sonho, sonhos» [GD1. L.294 a 301 (M)]

«E para mim é um regozijo, é uma sensação muito grande porque é a concretização de um grande sonho meu de criança» [GD2. L.60/61/62 (C)]

«agradeço muito a oportunidade que deram de concretizar realmente um sonho de criança» [GD2. L.71/72 (C)]

«[...] sinto-me ainda com algum orgulho com idade que tenho, de fazer este papel que eu nunca sonhei [riso]» [GD2. L.113/114 (H)]

Associado à valorização pessoal do grupo está o orgulho que os participantes sentiram em relação si próprios. É verdade que o orgulho até pode ser um sentimento pouco prezado em determinados contextos, mas diante de um coletivo com estas características, observámo-lo como um agente propulsor de valorização com efeitos muito positivos no quotidiano dos idosos.

Alíás, no estudo de caso realizado por Bernard et al. (2014), «o sentimento de orgulho mediante a natureza coletiva e inovadora do teatro aparece de forma bastante acentuada: como algo que definiu e moldou a vida das pessoas de diversas maneiras, mesmo naquelas que se envolveram por um pequeno período» (p. 23).

Neste quadro, os responsáveis pela coordenação do Grupo de Teatro Sénior Silves relataram detalhes sobre a autoestima, a valorização e a realização pessoal que observaram nos participantes, como a seguir se transcreve:

«(...) pessoas que nunca tinham pisado um palco (...) para receberem as palmas, não é, com a autoestima (...)» [E1. L.64 e 65]

«O que teve, era mesmo, a valorização pessoal de cada um, porque há pessoas que estão inseridas em grupos, e acho que com o teatro conseguimos chegar a cada um, especificamente, nesse sentido» [E1. L.162/163/164]

«E todos eles se sentiram bem nesse dia, não é, uma valorização da autoestima enorme nesse dia, nesse dia ou nos dias que atuaram, não foi só um dia, não é [...]» [E1. L.167/168]

«(...) porque cada pessoa que hoje eu chego ao pé delas e fala do teatro, as pessoas enchem-se, não é, as pessoas ficam...» [E1. L.193/194]

«(...) a autoestima delas nesse sentido, não é, o que lhes aconteceu naqueles dias da atuação (...) [E1. L.195/196]

«(...) E elas perceberem que depois, quando viram fotografias, quando viram fotografias e viram vídeos conseguiram chegar áquilo, então...» [E1. L.403/404/405]

«(...) só pelo simples facto de terem recebido palmas no final, de lhes terem agradecido com palmas no final, só por isso [...]» [E2. L.450/451] Mas só pelo facto da descarga de adrenalina que receberam quando lhes batem palmas, só por isso - é marcante (...)» [E2. L.454/455]

«O efeito de gratidão, elas ficam contentes, ficam satisfeitas, é importante para elas receberem um “obrigado”, é importante (...)» [E2. L.459/460]

«(...) porque se calhar o maior o aspeto onde ganharam foi na realização pessoal que aconteceu para cada um (...)» [E3. L.121/122]

«(...) eles viram no palco aquilo que idealizaram, as suas vivências (...)» [E3. L.123]

Estes pontos de vista ajudam-nos a compreender melhor o nível de impacto que a experiência teatral produziu, em termos de valorização pessoal, nos elementos do GTSS. Assim como se percebe a articulação da valorização com a gratidão que os idosos sentiram, o que nos concede a interseção de outro fator, o reconhecimento da comunidade local.

Ainda das declarações da equipa responsável, gostaríamos de sublinhar o contentamento e a satisfação dos seniores, pois, citando as palavras de Thurman & Piggins (2008), «os idosos têm necessidade de relaxar, de se divertir, de rir, para se sentirem emocionalmente seguros. Precisam de pertencer e manter um papel importante na sociedade em que vivem. Precisam de explorar novas maneiras de desempenhar um papel significativo» (p. 6).

4.6.2 Reconhecimento e Desmistificação do Estigma Associado à Velhice

O reconhecimento que o grupo obteve da parte de familiares, amigos, vizinhos e demais público, e a consequente repercussão que este teve nos participantes, foi dos momentos mais hilariantes para todos. Presenciámos estes acontecimentos junto do grupo. A título de exemplo, na estreia do primeiro espetáculo, o foyer do Teatro

Mascarenhas Gregório virou um rebuliço de emoções, onde pululavam manifestações de afeto e de carinho entre atores e público. Momento em que vivenciavam “a quente” o reconhecimento da sua dedicação e esforço, não obstante, a adrelina que ainda traziam das tábuas, contaminava a apoteose. Os momentos podem na verdade ser de natureza efêmera, mas o efeito, a marca que deixam nas pessoas, não. Meses mais tarde, quando realizámos o Grupo de Discussão 1, os elementos do grupo continuavam a fazer alusão a estas vivências da seguinte maneira:

«E os parabéns que ele apanhou ali fora, as primas não o conheciam» [GD1. L. 302 (I)]

«Veio aqui muita gente de Portimão ver, a gente chegou ali fora, darem os parabéns, ai muita gente de Portimão» [GD1. L. 365/366 (D)]

«A minha filha só faz é perguntar «oh mãe, atão não repetem?» [GD1. L.498 (D)]

[sobre o reconhecimento] «Isso nem tem palavras! [...] não há palavras para isso. Não tem avondo, olha eu saí daqui... [expressões de grande contentamento]» [GD1. L.505/509/510 (H)]

«Ali fora na rua de roda da gente “fizeram muito bem”, “estiveram muito bem”, vieram pessoas dali, de assado, vieram, gostaram muito» [GD1. L.512/513 (D)]

«É o reconhecimento, é...» [GD1. L.515 (E)]

«E eu quando cheguei ali fora tudo a me abraçar, e dizem assim “atão já chupaste os rebuçados todos, para onde que eles foram?” [referência à sua intervenção teatral]» [GD1. L.525/526 (C)]

«O meu genro que é uma pessoa que quando não gosta, não gosta, ele ficou além em cima com a minha filha. A minha neta e a minha bisneta tavam aqui, que eu não os vi, só vi à saída quando cheguei ali. “Olha lá” dizia para a minha filha “olha lá a tua mãe, tanto nisso como no Preço Certo” [som e gestos de impecável]» [GD1. L.516 a 519 (H)]

«A minha filha disse assim “Oh mãe eu estou muito orgulhosa de ti”, quase que me deu vontade de chorar [emocionada]» [GD1. L.523/524 (J)]

Julgamos que é por razões semelhantes às que se podem verificar nestes testemunhos que, Shaw (1989, p. 7) declara que a atividade dramática pode ser um meio muito gratificante para os idosos. Receber reconhecimento pelas suas ações e esforços, sentir além de orgulho pessoal, o orgulho dos outros em relação a si, são experiências desejáveis, particularmente nesta fase da vida.

Sabemos, pois, que a apreciação do público reforça os impactos positivos nos participantes, numa dimensão individual e coletiva. Assim como a atuação em palco pode

eventualmente proporcionar uma distração temporária da dor (Pyman & Rugg, 2006, p. 568). Situação esta, que relacionamos com a experiência do GTSS, porque constatámos que apesar das referidas “labrestas”,⁸⁰ os intervenientes realizaram um trabalho continuado, adaptado às suas condições, naturalmente.

Posteriormente, já no contexto do segundo trabalho cénico do grupo (A Escola do outro Tempo), a alegria e a importância do reconhecimento reaparecem, os participantes explicam que é uma experiência gratificante.

«Senti uma grande alegria. Quando eu, quando disse a minha poesia, que bateram palmas, e eu senti-me... [gestos de regozijo]» [GD2. L.152/153 (E)]

«A pessoa mais importante» [GD2. L.154 (G)]

«Mais importante [risos]» [GD2. L.155 (E)]

«É gratificante» [GD2. L.120 (I)]

«As pessoas gostam» [GD2. L.121 (J)]

«É gratificante, nós ouvimos bater as palmas, nós ouvimos uma gargalhada» [GD2. L.122 (I)]

«As palmas é que [...] [riso]» [GD2. L.123 (G)]

Os seniores contam que se sentiram «importantes». A experiência teatral pode resgatar parte de um espaço social ausente ou apagado em algumas vidas, proporcionar um lugar onde as suas ideias possam ser, além de ouvidas, valorizadas.

Porque é necessário que os idosos ganhem voz, escolham a forma como a sua vida é vivida e que mantenham o seu sentido de dignidade e de autorrespeito (Thurman & Piggins, 2008, p. 6).

O reconhecimento dos elementos do GTSS foi um dos contributos que mereceu grande atenção e desenvolvimento por parte dos responsáveis. Atentemos nas suas declarações:

«(...) senti que as pessoas naquele momento, principalmente no fim não é, quando recebem as palmas, quando recebem os louvores dos filhos, dos netos, quando percebem que há um merecimento daqueles que trabalham (...)» [E1. L.149/150/151]

⁸⁰ Expressão utilizada por alguns elementos do grupo que, no contexto, significa dores e/ou dificuldades.

«(...) sentirem no final que tiveram um reconhecimento familiar e por parte de muita gente, nós no caso de Silves tivemos o teatro [Teatro Gregório Mascarenhas] cheio, muita gente da terra a ver a peça (...)» [E1. L.154/155/156]

«Porque o reconhecimento do esforço (...)» [E1. L.168/169]

«Eu penso que também o reconhecimento (...)» [E1. L.224]

«(...) houve ainda mais esse reconhecimento do esforço e do trabalho e não houve nunca, acho que não houve ninguém a ridicularizar os idosos, porque eles tinham muito medo, esse receio, tinham muito medo...» [E1. L.311/312/313]

«(...) sendo essas pessoas os principais atores no seu processo de investigação a trazer essa informação até nós, eles tornavam-se importantes no seu seio, os seus amigos, “olha, que giro que é, aquilo que estás a procurar” (...)» [E2. L. 180/181/182]

«(...) os outros “primeiro são os meus filhos e os meus netos” logo ali, nestas idades, logo ali à mistura, “os meus vizinhos”, “os vizinhos dos amigos dos vizinhos” e depois uma coisa importantíssima, que é depois do resultado disto “eu não queria acreditar que era possível, toda a gente me vem bater nas costas e dizer: eh pá estiveste muito bem, e eu, o meu ego fica tão quentinho, tão aconchegadinho, que me dava mais três meses de vida” (...)» [E2. L.354 a 360]

«(...) essas pessoas dos grupos de teatro sénior, que nunca passaram por cá, nunca receberam palmas assim, receberem palmas é muito importante, é um agradecimento (...)» [E2. L.467/468]

«Nós temos uma grande falta de motivação e o facto de receberem pancadinhas nas costas por uma coisa que fizeram e que as pessoas reconhecem e que lhes bateram palmas por terem feito, é importantíssimo (...)» [E2. L.656 a 659]

«(...) demonstraram a todos os outros as nossas culturas e vivências, o partilhar com todos os outros (...)» [E3. L.64/65]

«(...) transmitir a quem está numa plateia e receber os aplausos que é importante para eles (...)» [E3. L.123/124]

«Para quem assiste, fica com a certeza que a idade não nos limita em tudo, pode até limitar nalgumas coisas, mas não limita em tudo e estas peças mostraram isso mesmo, mostraram que a idade não nos tira a criatividade (...)» [E3. L.340/341/342]

«Vem mostrar que somos capazes de o fazer independentemente da idade» [E3. L.357]

«(...) e quem assistiu tem essa perceção, que independentemente da idade, o ser humano realmente é extraordinário, porque se tivermos em conta, estamos a falar de pessoas todas elas com idade superior a sessenta anos (...)» [E3. L.359 a 362]

Os testemunhos dos responsáveis são extensos, mas permitem-nos evidenciar o peso do agradecimento, o efeito do reconhecimento que a atividade gerou nos participantes. Deste feito, e agora a partir da perspetiva da plateia, isto é, de quem assiste ao trabalho e o reconhece, encontramos outro resultado que pode estar subjacente à prática teatral com idosos – a desmistificação do estigma associado à velhice.

Este estigma assenta na discriminação da terceira idade, a que alguns autores têm chamado de *gerontismo*, embora o termo mais utilizado para referir esta situação seja *idadismo* ou *ageism*, em inglês. Em termos gerais, o idadismo refere-se às atitudes e às práticas negativas generalizadas em relação aos indivíduos baseadas somente numa característica – a sua idade, porém, no nosso país, o idadismo parece atingir sobretudo as pessoas mais velhas (Marques, 2011, p. 18). Sibila Marques aprofunda esta questão na obra *Discriminação da Terceira Idade* (2011), onde afirma que «o idadismo é um problema grave na sociedade portuguesa» (p. 19).

No nosso estudo, entendemos que o trabalho teatral contribuiu para a desmistificação do estigma associado à velhice, porque, em primeiro lugar, o grupo conseguiu surpreender pessoas da comunidade com o seu desempenho, provocando alterações na sua imagem, frequentemente, associada à incapacidade. Em segundo lugar, porque o conteúdo do trabalho incluiu história, tradição e costumes locais, favorecendo a empatia e a identificação da comunidade local com os temas. Não obstante, Miguel (2012, p. 15) considera que as temáticas de interesse comum, exploradas por meio de reminiscências coletivas, que foi o caso do GTSS, contribuem para a formação de um novo olhar social dos idosos na contemporaneidade. Em terceiro lugar, porque o grupo de idosos apresentou-se num espaço cultural da cidade, mostrando um trabalho de qualidade que, para além de exceder as expectativas iniciais, dignificou a sua geração.

Pensamos que este tipo de intervenção junto das pessoas idosas, que utiliza a arte teatral para comunicar as suas experiências de vida, promove a aproximação entre a comunidade em geral e pode contribuir para a desconstrução de ideias feitas sobre a velhice, desvelando até as suas virtudes.

Todavia, o estigma associado à velhice parece estar bastante enraizado na nossa sociedade, e por isso, segundo Marques (2011),

a disseminação eficaz desta ideologia anti-idadista deverá ser acompanhada por um trabalho junto dos cidadãos com vista a uma mudança do conteúdo das representações associadas à velhice e ao modo como se encaram as relações entre as diferentes categorias etárias. É necessário desmistificar a ideia de que todas as pessoas idosas são doentes e incompetentes. (p. 95)

4.7 Superação

As pessoas que hoje integram o Grupo de Teatro Sênior de Silves iniciaram a sua participação na atividade com um discurso muito semelhante, que incluía: «não tenho coragem»; «não sou capaz» ou «não tenho jeito». No princípio os participantes colocavam em causa as suas capacidades, manifestavam os seus receios e medos acerca deste “admirável mundo novo”, no caso o desafio da experiência teatral (como já mencionámos nenhum dos intervenientes tinha feito teatro anteriormente). Ao longo do processo criativo os seus receios foram diminuindo, de forma progressiva os idosos começaram a arriscar, a experimentar, a surpreender-se consigo mesmos.

O suporte da equipa que acompanhou o grupo foi evidentemente crucial, mas parece-nos que o fator mais importante a sublinhar é uma espécie de espírito de apoio mútuo, que se gerou através do encorajamento e da esperança coletiva que se instalou. Uma vontade de ultrapassar dificuldades, de vencer obstáculos, de encontrar soluções individuais que favorecessem o resultado coletivo e que simultaneamente beneficiassem o projeto teatral, abrindo caminho à superação do grupo.

Com base nas suas memórias, nas suas histórias de vida foram construindo um trabalho coletivo que lhes pertencia, porque «o teatro proporciona este sentido de pertença e, a partir desta posição de segurança, pode ajudar as pessoas mais velhas a construir a sua confiança, a desenvolver novas habilidades e a assumir riscos» (Bernard et al., 2014, p. 23). Apesar da hesitação inicial, os nossos seniores arriscaram e superaram-se. Nos grupos de discussão, abordaram o assunto, assim:

«Conversando uns com outros, e eu vou, aí não tenho coragem [...] E a gente diz assim, aí eu não tenho, não sou capaz (...) e juntamo-nos todos» [GD1. L.25/26/27 (E)]

«Acabei por entrar. Dizia que vinha só ver e fiquei» [GD1. L.8 (A)]

«Mas consegui» [GD1. L.49 (F)]

«No princípio, tinha medo de não decorar o papel, depois, ainda estava para desistir mas vá lá que foi para a frente» [GD1. L.89/90 (G)]

«Eu só digo que não era capaz, que não era capaz, mas [...] pensei sempre ir para frente[...]» [GD1. L.215/216 (M)]

«Agora temos que acreditar em tudo quanto vem!» [GD1. L.225 (K)]

«Eu pensava assim, eu estou repesa de me ter metido, mas vou para a frente! E sempre foi assim! [expressão de regozijo e orgulho]» [GD1. L.230/231 (G)]

«graças aqui à minha esposa, que me fez, não houve vez nenhuma que eu desistisse, chegamos a chatear, mas assim bom, eu arrumei os pés à parede, e digo bom, vou continuar e vou fazer o que posso para que tudo corra bem» [GD1. L.326 a 329 (M)]

«No princípio para estudar o texto foi um bocadinho, depois quando quebramos era a fugir» [GD2. L.27/28 (D)]

«a Câmara teve, lançou este desafio e eu apanhei-o um bocado com receio, sou sincera, mas estou muito satisfeita de ter entrado nele [...]» [GD2. L.69/70]

«[...] isto ajuda a superar melhor as coisas» [GD2. L.98/99 (D)]

«Mas aqui vou treinando. Eu já tenho dito, digo sempre, a minha palavra é esta, enquanto eu puder e Deus me deixar continuo, quando eu não puder, fico em casa. Mas enquanto eu puder andar, temos que ter força de vontade para poder caminhar, e então tenho ido e Deus vai-me ajudar...» [GD2. L.344 a 347 (B)]

Como sintetiza uma das intervenientes do GTSS «[...] isto ajuda a superar melhor as coisas.» [GD2. L.98/99 (D)]. Quer dizer que, para além de notarmos uma superação no decurso do processo, o teatro pode ajudar a superar situações do dia a dia, pode ajudar a encontrar alternativas para trabalhar ou superar determinados problemas da vida.

A superação é um processo deliberado e ponderado de mudança ou de reconhecimento de uma circunstância problemática, de um desafio ou adversidade, com a intenção de construir um futuro mais saudável e feliz (Brush, Kirk, Gultekin, & Baiardi, 2011). Segundo estas autoras, a superação implica um esforço ativo e consciente, feito voluntariamente, que responde ao desejo de passar de um certo estado para outro mais favorável.

Desta maneira, conjecturamos que os exercícios que integram a prática teatral (sendo que promovem, habitualmente, a resolução de problemas e impulsionam a ação) podem contribuir para o desenvolvimento da capacidade de superação. Esta capacidade requer força de vontade, força interna e motivação para transformar uma condição já existente, noutra mais luminosa e libertadora (ibidem).

Aspetos que os responsáveis do GTSS também referiram na sua exposição, evidenciando a importância de fatores como a «vontade», o «querer» ou o «acreditar» no desempenho dos participantes. Nas entrevistas individuais, mencionaram o seguinte:

«(...) inicialmente tinham esse medo “ah eu não faço porque depois não faço nada de jeito, e as vizinhas e este e aquele” houve aquele medo não é, o medo da sátira, não era tanto do papel delas, porque elas até perceberam que era um papel simples, mas era mais da sátira» [E1. L.321 a 324]

(...) teve um impacto (...) que lhes permitiu perceber que mesmo que eles não conheçam o desconhecido, como é normal, mesmo que eles não conheçam o teatro, não conheçam outra atividade qualquer, que a podem fazer e querer fazer aquilo, é possível conhecer» [E2. L. 303 a 306]

«(...) dar às pessoas a hipótese de que querer, efetivamente, “eu quero fazer teatro” é possível de acontecer, este querer é que para mim, acho que é o maior impacto. Porque as pessoas não, as pessoas não, não, não acreditam que é possível (...)» [E2. L.307 a 309]

«(...) esse impacto individual de acreditarem que era possível, e depois perceberem mesmo que foi possível, o resultado é que “foi possível” (...)» [E2. L. 316/317/318]

«Isso tudo permite que eles possam para já acreditar, possam crescer enquanto seres humanos “eu fui capaz de fazer isto”» [E2. L.342/343]

«(...) nestas idades esta, essa capacidade de superação é muito importante, porque é na altura que nós pensamos “ok, já cheguei àquele ponto da minha vida que já não vou fazer mais nada, deixem-me de sopas e descanso e eu consigo fazer ainda mais” e mais “consigo surpreender os outros que estão à minha volta” porque o ser humano é um ser social “é importante para mim conseguir surpreender os outros” (...)» [E2. L.350 a 354]

«Porque a maioria das pessoas aqui nunca tinha subido a um palco [som de telemóvel], nunca tinha representado, nem fazia a ideia se o conseguiria fazer, e a verdade é que o fizeram e muito bem» [E3. L.347/348/349]

«(...) nesta idade a maioria dos que ali estavam, nunca tinham tido oportunidade de o fazer. Portanto, estavam a fazer pela primeira vez aos sessenta, aos setenta e alguns até perto dos oitenta (...)» [E3. L.363/364/365]

«(...) houve ali também, uma grande força de vontade de quem subiu para cima de um palco, portanto tudo depende daquilo que a gente quer, da nossa vontade e não da nossa idade (...)» [E3. L.368/369/370]

Do ponto de vista de um teatro, que faz valer o património individual e coletivo das pessoas, a fim de desenvolver o seu trabalho cénico (como foi o caso do GTSS) Campos, Santos, Moura, Aquino, & Monteiro (2012) afirmam que,

as artes cénicas proporcionam a valorização dos saberes do indivíduo, em busca da superação de um papel de passividade, como meros recetores de informações, para uma atitude participativa e partilhada coletivamente, com a valorização de suas histórias de vida, seus conhecimentos, suas vivências. (p. 589)

Neste sentido, Hamad (2011) no artigo intitulado *Pensar uma Saúde Integral a partir de uma Prática Teatral em Comunidades: O Teatro como Território da Experiência*, acrescenta que

a arte teatral, ao valorizar o sujeito enquanto pessoa de desejos e enquanto atuante da sua própria história, proporciona a autonomia dos sujeitos e a atitude de mudança em prol de uma melhor qualidade de vida e da conquista dos sonhos.
(p. 14)

Associamos estes dados ao reforço da capacidade de superação dos indivíduos. Ainda que esta, seja normalmente descrita como um processo difícil, implicando um esforço ativo e consciente, feito voluntariamente, e que responde ao desejo de passar de um estado a outro melhor (Brush et al., 2011), convoca necessariamente a mudança e o sonho, predados da esperança.

4.7.1 Esperança e Perspetivas de Futuro

Entendemos que aceitar um desafio, assim como envolver-se em atividades que pela sua natureza encorajam a participação em novas experiências, pode contribuir para o desenvolvimento de ideias viradas para o futuro e aumentar os níveis de esperança a quem delas beneficia. Sabemos que a esperança é um conceito associado ao movimento da psicologia positiva, e de acordo com Martins & Mestre (2014) «é uma variável psicológica que tem, recentemente, sido objeto de crescente interesse, embora a sua conceptualização se encontre inacabada e esteja longe de originar consensos» (p.155).

Todavia, segundo a teoria de Snyder (2002)⁸¹ «a esperança é um constructo que está relacionando com crenças, em que as pessoas acreditam em resultados positivos e na capacidade de o indivíduo desenvolver formas para atingir esses mesmos resultados».

Para compreendermos melhor a teoria deste autor, vejamos que,

⁸¹ Snyder, C. R. (2002). Hope theory: rainbow in the mind. *Psychological Inquiry*, 13(4), 249-275. Citado em Martins & Mestre (2014, p. 155).

o pensamento de esperança inclui sempre três componentes distintos: objetivos, caminhos e iniciativa, num sistema dinâmico que pode ser conceptualizado em termos de capacidade percebida para gerar caminhos para objetivos desejados, e de se automotivar via pensamento de iniciativa para percorrer esses caminhos.⁸²

Por outras palavras, Martins & Mestre (2014) explicam que se trata de «um estado motivacional positivo, baseado numa interação, que resulta num sentimento de sucesso e respetiva energia motivacional orientada para os objetivos (pensamento de iniciativa) e no planeamento necessário à consecução desses mesmos objetivos (pensamento de caminhos)» (p. 155).⁸³

Não pretendemos afirmar que este processo ocorre efetivamente na prática teatral. Apenas é nossa intenção sugerir que existem características desta prática que podem promover aspetos inerentes ao referido estado motivacional, sobretudo, porque implica desafios constantes. Aludindo a estas questões, Bernard et al. (2014, p. 23) mencionam que o teatro tem vindo a desempenhar um papel fundamental na vida das pessoas, pois, enquanto espaço íntimo e seguro, constitui uma base para novos e desafiantes encontros.

Sugerimos acima a relação entre o processo de superação e os sentimentos associados à esperança, e cremos que esta confluência de estados pode contribuir para a conceção de ideias e perspetivas de futuro nos participantes, propiciando o desejo de continuidade.

Encontramos aqui, inevitável coerência no famoso dito de Augusto Boal,⁸⁴ a propósito do teatro «nos ajudar a construir o futuro, em vez de mansamente esperarmos por ele».⁸⁵ Ainda em articulação com a ideia anterior, Thurman & Piggins (2008, p. 6) dão conta que um grupo de teatro oferece uma oportunidade de continuidade aos idosos, especialmente, quando estes atravessaram uma fase de acentuada descontinuidade.

⁸² Susana C. Marques, J. L. Pais Ribeiro, & Shane Lopez. Esperança e Satisfação com a Vida em Crianças. 7.º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde (Resumo).

⁸³ Snyder, 2002; Barros de Oliveira, 2010.

⁸⁴ Na nossa conceptualização teórica relativa às tipologias teatrais (Capítulo 1) optámos por não discorrer sobre os seus importantes ensinamentos acerca do Teatro do Oprimido, embora, o reconheçamos inequivocamente, como um dos antecessores (tal como Bertolt Brecht) do que em sùmula podemos chamar “teatro social”.

⁸⁵ BOAL, Augusto. Jogos para atores e não-atores. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 13ª Ed., 2009, p. xi. Citado em Hamad (2011, p. 14).

Nos grupos discussão e nas entrevistas individuais, que a par de outros métodos suportam este trabalho, efetuámos questões atinentes às perspetivas de futuro dos elementos do grupo, esses dados revelaram sempre motivação ou desejo de continuar e refletem uma expectativa de continuidade.

«Se arranjam outra peça participo, não é Maria?» [GD1. L.437 (H)]

«Se arranjam outra participo» [GD1. L.462 (I)]

«Para o ano se houver outro, se Deus quiser, havemos de estar cá outra vez. [...]» [GD2. L.86 (F)]

«Eu como foi o primeiro ano, adorei, gosto muito e gostava de continuar» [GD2. L.309 (C)]

«Deus queira que para o ano, se a gente fizermos outra peça você esteja aqui junto a nós» [GD2. L.357/358 (E)]

Os responsáveis pela implementação do Projeto de Teatro Sénior confirmaram o desejo de continuidade dos participantes, afirmaram que seria também essa a vontade da entidade promotora da iniciativa, referindo a necessidade de priorizar a prática teatral, pela pertinência e abrangência dos seus contributos, como a seguir se demonstra:

«(...) há pessoas que me falam “nós temos que continuar, nós temos que continuar com o grupo”» [E1. L.156/157]

«(...) elas querem continuar, querem fazer mais vezes» [E1. L.197]

«Claro. Vamos continuar...» [E1. L.416]

«(...) esperamos começar em janeiro, os ensaios, porque elas agora já perceberam que a parte do workshop, mesmo que haja outras dinâmicas, pronto, para reavivar ali algumas memórias, mas depois a partir de janeiro começaremos com ensaios para findarmos em junho» [E1. L.427 a 431]

«(...) em junho acho que teremos novas peças [sorriso]» [E1. L.450]

«(...) é importante para elas termos para já continuidade, porque lhes permite continuar a ter as ferramentas, de maneira a que outras, para além destas que já entraram, outras, que possam também fazer o mesmo, e que nós possamos ter os mesmos resultados no final (...)» [E2. L.642 a 645]

«(...) é esta fase de darmos autonomia aos grupos e cada sítio deve ser autónomo, e se forem autónomos dentro de uma coletividade, se forem autónomos dentro dos Pólos de Educação ao Longo da Vida, se forem autónomos por si só, garante-lhes uma coisa que é a sua continuidade (...)» [E2. L.687 a 690]

«(...) autonomia dos grupos é que é a chave do sucesso disto, porque eles replicam-se naturalmente (...)» [E2. L.696/697]

«(...) eu acho que se deveria dar aqui, prioridade, realmente, a este tipo de práticas que englobam estas duas ou três, ou quatro ou cinco vertentes, se a gente for analisar, não passa só pela mente, não passa só pelo corpo, se calhar passa por muito mais, teríamos que fazer aqui um outro tipo de análise (...)» [E3. L.318 a 321]

«É para dar continuidade, mas teremos que olhar este projeto de uma outra forma, e tentar arranjar aqui mais autonomia para os grupos, relativamente aos técnicos do município» [E3. L.377/378/379]

«(...) que o projeto continue com tanto ou mais sucesso que teve até agora, mas que possam efetivamente ser trabalhados os outros aspetos que não houve oportunidade de dar ênfase agora (...)» [E3. L.408/409/410]

«E que se consiga também voluntários que possam ajudar estes grupos a trabalhar mais autonomamente (...)» [E3. L.412/413]

Os responsáveis pela orientação do projeto manifestaram ainda a necessidade de autonomizar os grupos, referindo-se à autonomia como a chave para a continuidade e sucesso dos grupos. A exposição sobre a pretensão de autonomizar os grupos de teatro sénior, promovidos pela autarquia de Silves, incluiu, em nosso entender, duas questões elementares. A primeira almeja a promoção da autonomia dos seniores, em termos individuais, e a segunda prende-se com a autonomia dos grupos, na medida em que permitiria ou não, a sustentabilidade dos mesmos e dessa forma a continuidade do projeto.

Ao longo do acompanhamento do Grupo de Teatro Sénior de Silves, em particular, e do Projeto de Teatro Sénior, em geral, observámos que a equipa teve sempre a intenção de proporcionar mecanismos que favorecessem a autonomia dos participantes, assim como a sua emancipação, ou seja, um trabalho que não fomentou a dependência dos idosos. Por outro lado, também verificámos o esforço da parte dos técnicos no terreno em dar resposta às urgências do projeto, não pela falta de empenho dos participantes, muito pelo contrário, mas pela carência de recursos humanos que os apoiassem.

Ainda assim, reiteramos o sucesso da iniciativa. Sabemos que, à data de conclusão deste estudo e de acordo com a informação que dispomos, os quatro grupos de teatro continuam em atividade.

Conclusão

O envelhecimento das populações continua a ser um fenómeno que afeta o mundo contemporâneo, apresentando enormes desafios de ordem sociocultural e económica.

De acordo com a análise da literatura, o conceito de envelhecimento é passível de diferentes abordagens e entendimentos. Para além das mais comuns e relativamente bem estruturadas no panorama institucional e académico - o Envelhecimento Ativo e o Envelhecimento Bem-Sucedido - quisemos, a par destas, colocar um conceito que, segundo apurámos não tem expressão no nosso país e que se afigura parco no espaço europeu - o Envelhecimento Criativo. Embora reconheçamos que a criatividade é uma temática presente na discussão em torno da gerontologia, consideramos que há necessidade de integrar atividades criativas nas respostas e nos programas de intervenção dirigidos à população sénior.

Cremos que o conceito de envelhecimento criativo é importante, não somente, porque o nosso trabalho indaga questões relativas ao estímulo da criatividade através da prática artística dos idosos, mas sobretudo, porque esse “estar” criativo parece-nos essencial para a superação de muitos dos constrangimentos que o processo de envelhecimento pode provocar.

Para esclarecer que tipo de teatro ou que variante teatral firma a nossa abordagem, desenvolvemos três vertentes conceptuais: teatro comunitário; teatro aplicado; e teatro sénior. Esta seleção baseou-se nos seguintes princípios: a utilização do termo «comunitário» em Portugal e na maioria dos países ibero-americanos; o uso e a discussão do termo «aplicado» no seio da comunidade científica internacional; o nosso interesse pela pesquisa da terminologia “teatro sénior”, bem como a vontade de conhecer o seu alcance e as suas características. Consecutivamente, abordamos o emergente campo das artes e da saúde, de modo a compreender os benefícios que advêm das atividades artísticas relativamente à promoção da saúde, e enquanto fundamento do nosso desígnio.

A estratégia e o processo de investigação mostraram-se adequados, embora tenham implicado operações morosas. Os métodos de recolha e análise de dados facultaram informação que, em nosso entender, permitiram apresentar um constructo sustentável.

Através da contextualização e do estudo dos objetivos do Projeto de Teatro Sênior depreendemos que, os seus princípios articulam-se com aspetos relacionados ao conceito de envelhecimento positivo. Esses princípios são: o envelhecimento ativo; a valorização do património cultural imaterial; o acesso e a participação cultural; e o envolvimento comunitário.

Apurámos que as principais dificuldades do Projeto de Teatro Sênior incidiram no entendimento dos participantes, relativamente ao processo de criação inerente à prática teatral; na construção do texto a partir das suas memórias e cultura local; no trabalho relacionado com a expressão oral e corporal; e na disponibilidade dos técnicos que coordenaram o projeto.

Através do Projeto de Teatro Sênior realizámos as Sessões de Acompanhamento e Prática Teatral com os elementos do grupo. Estas sessões permitiram-nos caracterizar os participantes, integrar o processo criativo, observar, participar, assim como analisar os efeitos que a atividade produziu nos intervenientes e as relações que estes estabeleceram por meio da prática teatral. A partir dos dados que recolhemos junto do GTSS e da sua subsequente análise e interpretação, concluímos que a prática do teatro constitui uma atividade eficaz para alcançar o bem-estar e o aumento da qualidade de vida dos idosos.

Em síntese, os resultados deste trabalho de investigação identificam os contributos do teatro para o envelhecimento ativo/criativo. Em sete âmbitos:

- . Participação (experiência criativa; reminiscência);
- . Saúde Mental (estímulo da memória; diminuição da ansiedade; espontaneidade e autoconfiança);
- . Socialização (importância do convívio para a diminuição do isolamento);
- . Cooperação (empatia);
- . Envolvimento Pessoal e Compromisso com a Vida (significado e sentido);
- . Valorização e Reconhecimento (valorização pessoal; reconhecimento e desmistificação do estigma associado à velhice)
- . Superação (esperança e perspetivas futuras).

Pelo exposto, acreditamos que o teatro tem potencialidades para se afirmar como um importante meio de intervenção social, podendo ser um veículo inovador para a

promoção da saúde e do bem-estar nos idosos, tal como um instrumento para a desmistificação de estereótipos associados ao envelhecimento.

Notamos, porém, que um dos maiores obstáculos à prossecução deste estudo, deveu-se à dificuldade de aceder à informação sobre o tema, isto é, de literatura devidamente revisada e documentada, quer especificamente acerca da questão em si mesma – quais os contributos do teatro para o envelhecimento ativo/criativo - quer inclusivamente sobre as áreas de interseção que a investigação comporta.

Por fim, esperamos que a presente dissertação seja um contributo para o estudo da relação destas duas áreas, o teatro e o envelhecimento. Pois, pensamos que este é um campo promissor no âmbito das estratégias de intervenção em gerontologia social. No entanto, carece de bases científicas que facultem mais evidências, pelo que, futuramente, consideramos possíveis desenvolvimentos na investigação deste tema.

O teatro tem o potencial de reconhecer a universalidade da condição humana e em particular, a experiência de envelhecimento, incentivando o público – amigos, família e comunidade – a pensar sobre o seu próprio envelhecimento (...).

Feldman, Hopgood, & Dickins (2013)

Bibliografia

- Ackroyd, J. (2000). Applied Theatre: Problems and Possibilities. *Applied Theatre Researcher*. Retrieved from https://www.griffith.edu.au/__data/assets/pdf_file/0004/81796/Ackroyd.pdf
- Ackroyd, J. (2007). Applied theatre: an exclusionary discourse? *Applied Theatre Researcher/IDEA Journal*, (8), 1–11. Retrieved from <http://nectar.northampton.ac.uk/306/>
- Aires, L. (2011). *Paradigma Qualitativo e Práticas de Investigação Educacional*.
- Almeida, M. F. (2007). Envelhecimento: Activo? Bem Sucedido? Saudável? Possíveis Coordenadas de Análise... *Forum Sociológico*, 17(2), 17–24.
- Alves-Mazzotti, A. J. (2006). Usos e abusos dos estudos de caso. *Cadernos de Pesquisa*, 36(129), 637–651. <http://doi.org/10.1590/S0100-15742006000300007>
- Andrade, C. (2013). *Coro: Corpo Coletivo e Espaço Poético, interseções entre o teatro grego antigo e o teatro comunitário*. Imprensa da Universidade do Coimbra.
- Araújo, C., Pinto, E., Lopes, J., Nogueira, L., & Pinto, R. (2008). Estudo de Caso.
- Arts Council England. (2007). *The arts, health and wellbeing*. Retrieved from <http://www.artscouncil.org.uk/media/uploads/phpC1AcLv.pdf>
- Arts Council England. (2014). *The value of arts and culture to people and society: and evidence review*.
- Baltes, P. B., & Baltes, M. M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. In *Successful Aging: Perspectives from the Behavioral Sciences*. Cambridge University Press.
- Bardin, L. (2014). *Análise de Conteúdo*. Lisboa: Edições 70.
- Barker, C. (2006). The Continuum Companion to Twentieth Century Theatre. In C. Chambers (Ed.), . Retrieved from <https://books.google.com/books?id=EsOvAwAAQBAJ&pgis=1>
- Barrett, G., & McGoldrick, C. (2013). Narratives of (in)active ageing in poor deprived areas of Liverpool, UK. *The International Journal of Sociology and Social Policy*, 33(5/6), 347–366.
- Bell, J. (2008). *Como realizar um projecto de investigação: um guia para a pesquisa em ciências sociais e da educação* (4.^a edição). Lisboa: Gradiva.
- Belver, M. H. (2011). El arte y la Educación artística en contextos de salud. *Arte, Individuo Y Sociedad*, 23, 11–17.
- Bento, A. V. (2012). Investigação Quantitativa e Qualitativa: Dicotomia ou complementaridade? *Revista JA (Ass. Acad. Univ. Da Madeira, n.º 64)*, 40–43.
- Bernard, M., Rickett, M., Amigoni, D., Munro, L., Murray, M., & Rezzano, J. (2014). Ages and Stages: the place of theatre in the lives of older people. *Ageing and Society*, 1–27. <http://doi.org/10.1017/S0144686X14000038>
- Bidegain, M. (2007). *Teatro Comunitario - Resistencia y Transformación Social*. (S. X.

- Biblioteca de Historia del Teatro Occidental, Ed.). Buenos Aires: Atuel.
- Bidegain, M. (2011). Teatro Comunitario Argentino: teatro habilitador y re-habilitador del ser social. *Stichomythia*, 12, 81–88.
- Boal, A. (1996). *Arco-íris do Desejo: o método Boal de teatro e terapia*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira.
- Bodenhorn, N., & Starkey, D. (2005). Beyond Role-Playing: Increasing Counselor Empathy Through Theater Exercises. *Journal of Creativity in Mental Health*, 1(2), 17–27. <http://doi.org/10.1300/J456v01n02>
- Bogdan, R. C., & Biklen, S. K. (1994). *Investigação Qualitativa em Educação, uma introdução à teoria e aos métodos*. Porto Editora.
- Brunheira, L. (2002). O conhecimento didático e as atitudes de uma professora estagiária face à realização de actividades de investigação na aula de matemática. In *Actividades de investigação na aprendizagem da matemática e na formação de professores* (pp. 183–205). Coimbra: Secção de Educação e Matemática da Sociedade Portuguesa de Ciências da Educação.
- Brush, B. L., Kirk, K., Gultekin, L., & Baiardi, J. M. (2011). Overcoming: A Concept Analysis. *Nursing Forum*, 46(3).
- Cabral, M. V., & Ferreira, P. M. (2013). *O Envelhecimento Activo em Portugal*. Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos. Retrieved from https://www.ffms.pt/upload/docs/envelhecimento-activo_qD9h1QM-u0a6cpVzHYdAmw.pdf
- Campos, C. N. A., Santos, L. C. dos, Moura, M. R. de, Aquino, J. M. de, & Monteiro, E. M. L. (2012). Reinventando práticas de enfermagem na educação em saúde: teatro com idosos. *Escola Anna Nery*, 16(3), 588–596. <http://doi.org/10.1590/S1414-81452012000300023>
- Carneiro, R. (Coord.), Chau, F., Soares, C., Fialho, J. A. S., & Sacadura, M. J. (2012). *O Envelhecimento da População: Dependência, Ativação e Qualidade*. Centro de Estudos dos Povos e Culturas de Expressão Portuguesa. Lisboa.
- Carter, N., Bryant-Lukosius, D., DiCenso, A., Blythe, J., & Neville, A. J. (2014). The Use of Triangulation in Qualitative Research. *Oncology Nursing Forum*, 41(5), 545–547. <http://doi.org/10.1188/14.ONF.545-547>
- Chisholm, D. (2013). *Investing in mental health: evidence for action*. Geneva.
- CMS. (2011). *Diagnóstico Social da Rede Social do Conselho de Silves*. Silves.
- Cohen, G. D. (2006). Research on Creativity and Aging: The Positive Impact of the Arts on Health and Illness. *Generations*, 30(1), 7–15.
- Cohen-Cruz, J. (2005). *Local Acts: Community-based Performance in the United States*. Rutgers University Press. Retrieved from <https://books.google.com/books?id=XYiv7Pc6ZJcC&pgis=1>
- Coutinho, M. H. (2012). O teatro aplicado em questão: abrangência, teoria e o uso termo. *ouvirOUver*, v. 8, 1-2, 110–127. Retrieved from <http://www.seer.ufu.br/index.php/ouvirouver/article/view/12498/15485>
- Cruz, P., & Paúl, C. (2009). *Envelhecimento Activo. Mudar o presente para ganhar o*

- futuro*. (REAPN - Re). Porto.
- Cutler, D. (2009). *Ageing Artfully: Older People and Professional Participatory Arts in the UK*. London.
- Cutler, D. (2013). *Local Authorities + Older People + Arts = A Creative Combination*. London.
- Devlin, P. (2009). *Restoring the Balance – the effect of arts participation on wellbeing and health*. Voluntary Arts England. Retrieved from <http://www.voluntaryarts.org/wp-content/uploads/2011/10/Restoring-the-Balance.pdf>
- Dissanayake, E. (1992). *Homo Aestheticus: Where Art Comes from and why*. New York: Free Press.
- Duarte, A. (2010). O Desafio de Não Ficarmos Pela Preservação do Património Cultural Imaterial. In A. Semedo & N. N. Elisa (Eds.), *Actas do I Seminário de Investigação em Museologia dos Países de Língua Portuguesa e Espanhola* (Vol. 1, pp. 41–61). Porto: Universidade do Porto. Faculdade de Letras. Departamento de Ciências e Técnicas do Património.
- Erven, E. van. (2001). *Community Theatre: Global Perspectives*. London: Routledge. Retrieved from <https://books.google.com/books?id=GaqGAgAAQBAJ&pgis=1>
- Fancourt, D., & Joss, T. (2015). Aesop: A framework for developing and researching arts in health programmes. *Arts & Health: An International Journal for Research, Policy and Practice*, 7(1), 1–13. <http://doi.org/10.1080/17533015.2014.924974>
- Feldman, S., Hopgood, A., & Dickins, M. (2013). Translating research findings into community based theatre: More than a dead man's wife. *Journal of Aging Studies*, 27(4), 476–486. <http://doi.org/10.1016/j.jaging.2013.03.007>
- Feldman, S., Radermacher, H., Lorains, F., & Haines, T. (2011). A Research-based Community Theater Performance to Promote Ageing: Is it More than Just a Show? *Educational Gerontology*, 37(10), 885–898. <http://doi.org/10.1080/03601277.2010.485031>
- Fernández-Ballesteros, R. (2000). Gerontología social. Una introducción. In *Gerontología social* (p. 612). Madrid: Pirámide.
- Fernandez-Ballesteros, R., Zamarron Cassinello, M. D., Lopez Bravo, M. D., Molina Martinez, M. A., Diez Nicolas, J., Montero Lopez, P., & Schettini del Moral, R. (2011). Successful ageing: Criteria and predictors. *Psychology in Spain*, 15(1), 94–101.
- Flick, U. (2007). *Introducción a la investigación cualitativa* (Segunda Ed). Madrid: Ediciones Morata.
- Flood, M., & Phillips, K. D. (2007). Creativity in older adults: a plethora of possibilities. *Issues in Mental Health Nursing*, 28, 389–411. <http://doi.org/10.1080/01612840701252956>
- Fonseca, A. M. (2005). O envelhecimento bem-sucedido. In *Envelhecer em Portugal*. Climepsi Editores.
- Foster, L., & Walker, A. (2014). Active and Successful Aging: A European Policy Perspective. *The Gerontologist*, 00(00), 1–8. <http://doi.org/10.1093/geront/gnu028>

- Galego, C., & Gomes, A. A. (2005). Emancipação, ruptura e inovação: o focus group como instrumento de investigação. *Revista Lusófona de Educação*, 5, 173–184. Retrieved from http://www.scielo.oces.mctes.pt/scielo.php?pid=S1645-72502005000100010&script=sci_arttext
- Gibson, F. (2011). *Reminiscence and life story work: a practice guide* (Fourth Edi). Jessica Kingsley Publishers.
- Gil, A. C. (2008). *Métodos e Técnicas de Pesquisa Social* (6.^a Edição). São Paulo: Editora Atlas.
- Girolamo, G. de, Alonso, J., & Vilagut, G. (2006). The ESEMeD-WMH project: strengthening epidemiological research in Europe through the study of variation in prevalence estimates. *Epidemiologia E Psichiatria Sociale*, 15(3), 167–174.
- Godfrey, M., Townsend, J., & Denby, T. (2004). *Building a good life for older people in local communities*. (University of Leeds, Ed.). Joseph Rowntree Foundation.
- Governo de Portugal. (2012). *Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações*. Retrieved from <http://www.igfse.pt/upload/docs/2012/ProgramaA?aoAnoEuropeu2012.pdf>
- Hamad, A. F. A. (2011). Pensar uma Saúde Integral a partir de uma Prática Teatral em Comunidades: O Teatro como Território da Experiência. In *V Colóquio Internacional "Educação e Contemporaneidade."* São Cristovão - SE / Brasil.
- Hanna, G., & Perlstein, S. (2008). Creativity Matters: Arts and Aging in America. *Monograph*, 46(6).
- Harper, S., & Hamblin, K. (2010). *"This is Living". Good Times: Art for Older People at Dulwich Picture Gallery. Oxford Institute of Ageing*. Retrieved from [http://www.ageing.ox.ac.uk/system/files/This Is Living-Good Times Art for Older People-1.pdf](http://www.ageing.ox.ac.uk/system/files/This%20Is%20Living-Good%20Times%20Art%20for%20Older%20People-1.pdf)
- Jackson, R. (2012). *A Charter for Arts, Health and Wellbeing*.
- Kershaw, B. (1992). *The Politics of Performance: Radical Theatre as Cultural Intervention*. London: Routledge. Retrieved from <https://books.google.com/books?id=Yk2IAgAAQBAJ&pgis=1>
- Kole, J. E. (2009). *Theatre and aging: directors' practices with aging performers in senior theatre settings*. Union Institute & University Cincinnati, Ohio.
- Krueger, R. A., & Casey, M. A. (2014). *Focus Groups: A Practical Guide for Applied Research*. SAGE Publications. Retrieved from <https://books.google.com/books?id=APtDBAAQBAJ&pgis=1>
- Kunyk, D., & Olson, J. K. (2001). Clarification of conceptualizations of empathy. *Journal of Advanced Nursing*, 35(3), 317–325.
- Larson, R. T. H., & Perlstein, S. (2003). Creative Aging: A New Field for the 21st Century. *Teaching Artist Journal*, (1 (3)), 144–151. http://doi.org/10.1207/S1541180XTAJ0103_04
- Leadbetter, C., & O'Connor, N. (2013). *Healthy Attendance? The Impact Of Cultural Engagement And Sports Participation on Health And Satisfaction with Life In Scotland*.

- Lenze, E. J., & Wetherell, J. L. (2011). A lifespan view of anxiety disorders. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 13(4), 381–399.
- Lipscomb, V. B. (2012). “The play’s the thing”: Theatre as a scholarly meeting ground in age studies. *International Journal of Ageing and Later Life*, 7(2), 117–141. <http://doi.org/10.3384/ijal.1652-8670.1272a6>
- Marques, S. (2011). *Discriminação da Terceira Idade*. Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Marques, S., Batista, M., & Silva, P. (2012). A promoção do envelhecimento ativo em Portugal: preditores da aceitação de um chefe mais velho. *Sociologia, Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*, 53–73.
- Martins, R. M. L., & Mestre, M. A. (2014). Esperança e Qualidade de Vida em Idosos. *Millenium*, 47, 153–162.
- Meirinhos, M., & Osório, A. (2010). O Estudo de Caso como Estratégia de Investigação em Educação. *EDUSER: Revista de Educação*, 2(2), 49–65.
- Miguel, D. (2012). A prática teatral no envelhecimento: um caminho para o autoconhecimento, para a autonomia e inclusão social. *A Terceira Idade: Estudos Sobre Envelhecimento*, 23(55), 7–18.
- Miller, M. C. (2009). Treating generalized anxiety disorder in the elderly. *Harvard Mental Health Letter*, 26(3).
- Morgan, D. L. (1996). Focus Groups. *Annual Review Sociology*, (22), 129–152.
- Nicholson, H. (2014). *Applied Drama: The Gift of Theatre* (2.^a Edição). Palgrave Macmillan. Retrieved from <https://books.google.com/books?id=k4wdBQAAQBAJ&pgis=1>
- Nogueira, M. P. (2007). *Tentando definir o Teatro na Comunidade. Projeto de Pesquisa Banco de Dados em Teatro para o Desenvolvimento de Comunidades. CEART/UDESC* (Vol. 2, nº2). Retrieved from http://www.ceart.udesc.br/revista_dapesquisa/volume2/numero2/cenicas/MarciaPompeo.pdf
- Nogueira, M. P. (2008). *Teatro em comunidades: questões de terminologia. Anais do V Congresso da Abrace*. Retrieved from <http://portalabrace.org/memoria/vcongressopedagogia.htm>
- Noice, H., & Noice, T. (2006). A Theatrical Intervention to Improve Cognition in Intact Residents of Long Term Care Facilities. *Clinical Gerontologist*, 29(3), 59–76. http://doi.org/10.1300/J018v29n03_05
- Noice, H., & Noice, T. (2008). An Arts Intervention for Older Adults Living in Subsidized Retirement Homes. *Aging, Neuropsychology, and Cognition: A Journal on Normal and Dysfunctional Development*, 16(1), 56–79. <http://doi.org/10.1080/13825580802233400>
- Noice, H., & Noice, T. (2013). Extending the Reach of an Evidence-Based Theatrical Intervention. *Experimental Aging Research*, 39(4), 398–418. <http://doi.org/10.1080/0361073X.2013.808116>
- Noice, H., Noice, T., & Graham, S. (2004). A Short-Term Intervention to Enhance Cognitive and Affective Functioning in Older Adults. *Journal of Aging and*

- Health*, 16(4), 562–585.
- Noice, H., Noice, T., Perrig-Chiello, P., & Perrig, W. (1999). Improving memory in older adults by instructing them in professional actors' learning strategies. *Applied Cognitive Psychology*, 13(4), 315–328. [http://doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-0720\(199908\)13:4<315::AID-ACP581>3.0.CO;2-M](http://doi.org/10.1002/(SICI)1099-0720(199908)13:4<315::AID-ACP581>3.0.CO;2-M)
- Noice, T., Noice, H., & Kramer, A. F. (2013). Participatory Arts for Older Adults: A Review of Benefits and Challenges. *The Gerontologist*. <http://doi.org/10.1093/geront/gnt138>
- OMS. (2001). *Relatório sobre a Saúde no Mundo. Saúde Mental: Nova Conceção, Nova Esperança*. Geneva.
- Paúl, C. (2005). Envelhecimento activo e redes de suporte social. *Sociologia: Revista Da Faculdade de Letras Da Universidade Do Porto*, 275–288.
- Paúl, C., Ribeiro, O., & Teixeira, L. (2012). Active ageing: An empirical approach to the WHO model. *Current Gerontology and Geriatrics Research*, 10. <http://doi.org/10.1155/2012/382972>
- PEDS - Plano Estratégico de Desenvolvimento de Silves*. (2009). Silves.
- Pérez Serrano, G. (2007). *Desafíos de la investigación cualitativa*.
- Ponte, J. P. (2006). Estudos de caso em educação matemática. *Bolema*, (25), 105–132.
- Prendergast, M., & Saxton, J. (2009). *Applied Theatre: International Case Studies and Challenges for Practice*. Intellect Books. Retrieved from <https://books.google.com/books?id=xxSiSFeK0K0C&pgis=1>
- Prentki, T. & Preston, S. (2009). Applied Theatre - An introduction. In *The Applied Theatre Reader*. Routledge. Retrieved from <https://books.google.com/books?id=6SrhAQAAQBAJ&pgis=1>
- Prentki, T., & Selman, J. (2000). *Popular Theatre in Political Culture: Britain and Canada in Focus*. Intellect Books. Retrieved from <https://books.google.com/books?id=qOCJ5BaMyhIC&pgis=1>
- Price, K. A., & Tinker, A. M. (2014). Creativity in later life. *Maturitas*, 78(4), 281–286. <http://doi.org/10.1016/j.maturitas.2014.05.025>
- Purebl, G., Petrea, I., Shields, L., Tóth, M. D., Székely, A., Kurimay, T., ... Abello, K. M. (2015). *Joint Action on Mental Health and Well-being. Depression, Suicide Prevention and E-Health: Situation analysis and recommendations for action*.
- Pyman, T., & Rugg, S. (2006). Participating in a community theatre production: A dramatherapeutic perspective. *International Journal of Therapy and Rehabilitation*, 13(12), 562–571.
- Quivy, R., & Campenhoudt, L. Van. (2013). *Manual de Investigação em Ciências Sociais* (6.^a Edição). Gradiva.
- Raw, A., Lewis, S., Russell, A., & Macnaughton, J. (2012). A hole in the heart: Confronting the drive for evidence-based impact research in arts and health. *Arts & Health: An International Journal for Research, Policy and Practice*, 4(2), 97–108. <http://doi.org/10.1080/17533015.2011.619991>
- Ribeiro, O. (2012). O envelhecimento “ativo” e os constrangimentos da sua definição.

- Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*, (Envelhecimento demográfico), 33–52.
- Rodríguez, G. G., Flores, J. G., & Jiménez, E. G. (1999). *Metologia de la investigación cualitativa*. Málaga: Ediciones Aljibe.
- Rollins, J. (2013). *Bringing the Arts to Life: A Guide to the Arts and Long-Term Care*. Global Alliance for Arts & Health; IDEAS Institute; Hulda B. and Maurice L. Rothschild Foundation. Retrieved from http://thesah.org/doc/Bringing_the_Arts_to_Life_ebook.pdf
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1997). Successful Aging. *The Gerontologist*, 37(4), 433–440.
- Runco, M. A. (2004). Creativity. *Annual Review of Psychology*, 55, 657–687. <http://doi.org/10.1146/annurev.psych.55.090902.141502>
- Sami, M. B., & Nilforooshan, R. (2015). The natural course of anxiety disorders in the elderly: A systematic review of longitudinal trials. *International Psychogeriatrics*, 27, 1061–1069.
- Santos, M. P. G. (2010). A capacidade de Criação envelhece? Questões que nos fazem pensar se tudo tem hora para acabar. *Revista RecreaArte* 8.
- Saur, E., & Johansen, O. (2013). Stepping into the unknown – welfare, disability, culture and theatre as an opportunity for equality? *Research in Drama Education: The Journal of Applied Theatre and Performance*, 18(3), 246–260. <http://doi.org/10.1080/13569783.2013.810930>
- Scher, E. (2010). *Teatro de Vecinos - de la comunidad para la comunidad*. (INTeatro, Ed.). Buenos Aires: Argentores.
- Schweitzer, P. (2007). *Reminiscence Theatre: Making Theatre from Memories*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Shaw, M. (1989). *Beyond the Porch, Beneath the Lights: Outlets for Self-Expression in Aging - Theatre for Seniors*. San Francisco, California.
- Silva, I. S., Veloso, A. L., & Keating, J. B. (2014). Focus group: Considerações teóricas e metodológicas. *Revista Lusófona de Educação*, (26), 175–190.
- Sinoff, G., & Werner, P. (2003). Anxiety disorder and accompanying subjective memory loss in the elderly as a predictor of future cognitive decline. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 18, 951–959.
- Smith, T. (2003). *An evaluation of sorts: Learning from Common Knowledge*. CAHHM, University of Durham.
- Smyth, T. (1996). Reinstating the person in the professional: reflections on empathy and aesthetic experience. *Journal of Advanced Nursing*, 24, 932–937.
- Spolin, V. (2001). *Improvisação para o Teatro* (4.^a edição). São Paulo: Editora Perspectiva.
- Stake, R. E. (2007). *Investigación con Estudio de Casos* (Cuarta edi). Ediciones Morata. <http://doi.org/10.1016/j.suronc.2011.12.001>
- Strawbridge, W. J., Wallhagen, M. I., & Cohen, R. D. (2002). Successful aging and well-being: self-rated compared with Rowe and Kahn. *The Gerontologist*, 42(6),

- 727–733. <http://doi.org/10.1093/geront/42.6.725>
- Tasmanian Government - Department of Health and Human Services. (2012). *Arts and Health: The Evidence*.
- Taylor, P. (2003). Applied Theatre - Creating Transformative Encounters in the Community, 1–10.
- Teixeira, J. (2014). *Teatro Comunitário em Portugal: dois casos de estudo recentes*. Faculdade de Letras da Universidade do Porto.
- Thurman, A., & Piggins, C. A. (2008). *Drama Activities with Older Adults: A Handbook for Leaders*. Routledge.
- Tsai, K. C. (2013). A Review of the Inquiry of Creativity in Older Adults in Journals. *British Journal of Education*, 1(2), 20–28.
- UNESCO. (2003). *Convenção para a Salvaguarda do Património Cultural Imaterial*. Paris.
- UNFPA, & HelpAge International. (2012). *Envelhecimento no Século XXI: Celebração e Desafio*.
- Vorenberg, B. L. (2007). Community and Senior Theatre: A Perfect Match. *AACCT Spotlight*, 16–20.
- Vorenberg, B. L. (2011). The New Senior Theatre Survey: A Reflection Of What 's Happening In Community Theatres. *AACCT Spotlight*.
- Walker, A. (2008). Commentary: The Emergence and Application of Active Aging in Europe. *Journal of Aging & Social Policy*, 21(1), 75–93. <http://doi.org/10.1080/08959420802529986>
- Westerhof, G. J., & Bohlmeijer, E. T. (2014). Celebrating fifty years of research and applications in reminiscence and life review: State of the art and new directions. *Journal of Aging Studies*, 29, 107–114. <http://doi.org/10.1016/j.jaging.2014.02.003>
- White, G. (2015). *Applied Theatre, Aesthetics*. Bloomsbury Publishing. Retrieved from <https://books.google.com/books?id=GCjbBQAAQBAJ&pgis=1>
- White, M. (2009). *Arts Development in Community Health: A Social Tonic*. Radcliffe Publishing. Retrieved from <https://books.google.com/books?id=o4-GyHzU7U8C&pgis=1>
- WHO. (2002). *Active Ageing: A Policy Framework*. Geneva.
- WHO. (2004). *Promoting mental health: concepts, emerging evidence, practice*. Geneva.
- Wittchen, H. U., Jacobi, F., Rehm, J., Gustavsson, A., Svensson, M., Jönsson, B., ... Steinhausen, H. C. (2011). The size and burden of mental disorders and other disorders of the brain in Europe 2010. *European Neuropsychopharmacology*, 21, 655–679. <http://doi.org/10.1016/j.euroneuro.2011.07.018>
- Yin, R. K. (2001). *Estudo de Caso: Planejamento e Métodos* (2ª Edição). Porto Alegre: Bookman.

Principais Fontes de Consulta na Internet

<http://www.ae-sop.org/>
<http://ageofcreativity.co.uk/resources/>
<http://www.apele.org/>
<https://www.artsandhealthalliance.org/>
<http://www.artscouncil.org.uk/>
<http://creativeage.ca/>
<http://creativeagingtoolkit.org/creative-aging/theory/>
<http://www.cm-silves.pt/pt/773/rede-social.aspx>
http://ellendissanayake.com/books/homo_aestheticus.php
<http://www.healthysocialcreative.org.uk/>
<http://www.icafr rotterdam.com/>
<http://www.infopedia.pt/>
<http://parliamentofdreams.com/>
<http://www.priberam.pt/dlpo/>
<http://www.seniortheatre.com/>
<http://www.terraruiva.pt/>
<http://www.ualg.pt/pt/content/recursos-online>
<http://www.who.int/en/>